

## *InnerScan*<sup>®</sup>

### *Radio Wireless Body Composition Platform*



**Model : BC-1000**

**(Eng) Instruction Manual**

Read this Instruction Manual carefully and keep for future reference.

**(D) Bedienungsanleitung**

Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

**(F) Mode d'emploi**

A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

**(NL) Gebruiksaanwijzing**

Deze handleiding aandachtig lezen en voor naslagdoeleinden bewaren.

**(I) Manuale di Istruzioni**

Leggere attentamente questo manuale di istruzioni e conservarlo per consultazioni future.

**(E) Manual de instrucciones**

Lea detenidamente este manual de instrucciones y guárdelo para futura referencia.

**(Ru) Инструкция по эксплуатации**

Внимательно прочтите данную инструкцию по эксплуатации и сохраните ее для будущих обращений.

## **Eng** Table of Contents

Introduction .....	1
Features and functions .....	1
Preparations before use .....	2
Getting accurate readings .....	2
Using TANITA Wireless Remote Tabletop Display .....	3
Troubleshooting .....	5

## **D** Inhaltsverzeichnis

Einleitung .....	6
Merkmale und Funktionen .....	6
Vorbereitungen vor Gebrauch .....	7
So erhalten Sie genaue Messwerte .....	7
Verwendung der TANITA Remote-Tischanzeige mit Funkübertragung .....	8
Fehlersuche .....	10

## **F** Table des matières

Introduction .....	11
Caractéristiques .....	11
Avant utilisation .....	12
Comment obtenir des résultats exacts .....	12
Utilisation de l'écran Déporté sans Fil (En Option) .....	13
Dépannage .....	15

## **NL** Inhoudsopgave

Introductie .....	16
Eigenschappen en functies .....	16
Vorbereiding .....	17
Voor nauwkeurige metingen .....	17
Gebruiken van een TANITA draadloos afstandbestuurd bureauidisplay .....	18
Oplossen van problemen .....	20

## **I** Indice

Introduzione .....	21
Caratteristiche e funzionalità .....	21
Preparazione all'uso .....	22
Come ottenere misure precise .....	22
Uso dello schermo remoto wireless da tavolo TANITA .....	23
Avvertenze e risoluzione dei problemi .....	25

## **E** Índice de materias

Introducción .....	26
Prestaciones y funciones .....	26
Preparaciones antes del uso .....	27
Cómo obtener lecturas exactas .....	27
Uso de la pantalla de escritorio remota inalámbrica de TANITA .....	28
Resolución de fallos .....	30

## **Ru** Содержание

Введение .....	31
Характеристики и функции .....	31
Подготовка к использованию .....	32
Получение точных показаний .....	32
Использование беспроводного настольного дисплея TANITA .....	33
Поиск неисправностей .....	35

## Introduction

Thank you for selecting a Tanita Body Composition Monitor. This monitor is one in a wide range of home healthcare products produced by Tanita.

This Instruction Manual will guide you through the setup procedures and outline the key features. Please keep it handy for future reference. Additional information on healthy living can be found on our website [www.tanita.com](http://www.tanita.com).

Tanita products incorporate the latest clinical research and technological innovations.

All data is monitored by our Tanita Medical Advisory Board to ensure accuracy.

**Note:** Read this Instruction Manual carefully and keep it handy for future reference.

### Safety Precautions

People with an electronic medical implant, such as a pacemaker, should not use a Body Composition Monitor as it passes a low-level electrical signal through the body, which may interfere with its operation.

Pregnant women should use the weight function only. All other functions are not intended for pregnant women.

Do not place this monitor on slippery surfaces such as a wet floor.

Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by the monitor, or any kind of claim made by a third person.

### Important Notes for Users

This Body fat monitor is intended for adults and children (ages 5-17) with inactive to moderately active lifestyles and adults with athletic body types.

**Tanita defines “athlete” as a person involved in intense physical activity of approximately 10 hours per week, for at least 6 months, and who has a resting heart rate of approximately 60 beats per minute or less.**

**Tanita’s athlete definition includes “lifetime of fitness” individuals who have been fit for years but currently exercise less than 10 hours per week.**

**The body fat monitor function is not intended for pregnant women, professional athletes or bodybuilders.**

Tanita takes no responsibility for any kind of damage or loss caused by these units, or any kind of claim made by a third person.

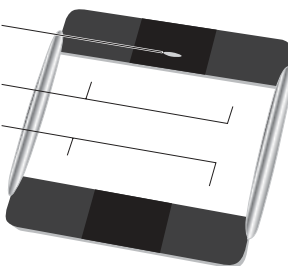
**Note:** Body fat percentage estimates will vary with the amount of water in the body, and can be affected by dehydration or over-hydration due to such factors as alcohol consumption, menstruation, illness, intense exercise, etc. It is recommended that if possible all readings should be taken at the end of one’s day since in the morning after rising from sleep, hydration levels are at their lowest.



## Features and functions

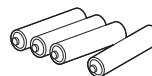
### Measuring Platform

1. Indicator light (Green and Red)
2. Ball-of Foot Electrodes
3. Heel Electrodes



### Accessories

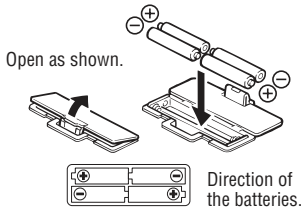
4. AA-Size Batteries (4)



5. Carpet Feet (4)



## Preparations before use



### ⚠ Inserting the Batteries

Open the battery cover on the back of the measuring platform. Insert the supplied AA-batteries as indicated.

**Note:** Be sure that the polarity of the batteries is set properly. If the batteries are incorrectly positioned the fluid may leak and damage floors. If you do not intend to use this unit for a long period of time, it is advisable to remove the batteries before storage.

Please note that the included batteries from the factory may have decreased energy levels over time.



Detachable Carpet Feet (only for piles up to 0.28" (7 mm) thick)

### ⚠ Positioning the Monitor

Place the measuring platform on a hard, flat surface where there is minimal vibration to ensure safe and accurate measurement.

Use carpet feet when the scale is used on soft surface, such as rugs or carpetings.

**Note :** To avoid possible injury, do not step on the edge of the platform.

## Handling Tips

This monitor is a precision instrument utilizing state-of-the-art technology.

To keep the unit in the best condition, follow these instructions carefully:

- Do not attempt to disassemble the measuring platform.
- Store the unit horizontally.
- Avoid excessive impact or vibration to the unit.
- Place the unit in an area free from direct sunlight, heating equipment, high humidity, or extreme temperature change.
- Never submerge in water. Use alcohol to clean the electrodes and glass cleaner (applied to a cloth first) to keep them shiny; avoid soaps.
- Do not step on the platform when wet.
- Do not drop any objects onto the platform.
- Do not use this scale while operating transmitters (such as a cell phone) as this may affect your results.
- If not in use for a prolonged period of time it is recommended that you remove the batteries.

## Getting accurate readings



Heels centered on electrodes

Toes may overhang measuring platform

To ensure accuracy, readings should be taken without clothing and under consistent conditions of hydration. If you do not undress, always remove your socks or stockings, and be sure the soles of your feet are clean before stepping on the measuring platform. Be sure that your heels are correctly aligned on the measuring platform. Don't worry if your feet appear too large for the unit -accurate readings can still be obtained if your toes overhang the platform. It is best to take readings at the same time of day. Try to wait about three hours after rising, eating, or hard exercise before taking measurements.

While readings taken under other conditions may not have the same absolute values, they are accurate for determining the percentage of change as long as the readings are taken in a consistent manner. To monitor progress, compare weight and body fat percentage taken under the same conditions over a period of time.

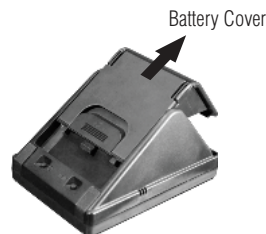
**Note :** An accurate reading will not be possible if the soles of your feet are not clean, or if your knees are bent or you are in a sitting position.

## Using TANITA Wireless Remote Tabletop Display

### Initial Setting

Please make sure the scale is within 17feet (5m) with batteries inserted.  
 Insert batteries into the remote display.  
 Press any front panel button to start the communication process.  
 The wireless icon (📶) on the display will blink while the remote display communicates with the platform. After the communication is successfully done (wireless icon disappears), continue to step 1 "Set Hour".

**Note:** If the communication fails, the display will show "ErrC", press any front panel button to restart the communication process.



### 1. Set Hour

Press ▲/▼ to set hour and then press SET.  
 The unit will beep once to confirm.

### 2. Set Minute

Press ▲/▼ to set minute and then press SET.  
 The unit will beep twice to confirm the programming.

### • Resetting time

Press the clock button on the bottom of the remote display.  
 Then follow the procedure 1 and 2.



## Setting and storing personal data in the memory

You will receive readings only if data has been programmed into the Tanita Remote Tabletop Display.

### 1. Select Personal Data Number

Use the SET button to activate the unit. Use ▲/▼ buttons to select a personal data number. Press SET.

### 2. Set Age

Use ▲/▼ buttons to select age. Press SET.

### 3. Select Female or Male

Use ▲/▼ buttons to select Female (♀) / Male (♂) / Athlete Female (♀🏃) / Athlete Male (♂🏃). Press SET.

### 4. Specify Height

Use ▲/▼ buttons to select height. Press SET.

## Switching The Weight Mode

Select your preferred weight mode using the weight mode switch on the bottom of the Remote Display.

## Taking body composition readings

1. Before proceeding, make sure that the platform is within 17feet (5 m) of the remote display.
2. Press ▼ (User) button to turn the unit on and then press ▲/▼ buttons to select personal data number.  
**(Do not stand on the platform.)**
3. Press the SET button to confirm your personal number.
4. When the remote display and platform are paired, the platform will beep once, and the Green Indicator Light will blink.
5. **Step onto the platform while the Green Indicator Light is blinking.**
6. After the measurement is complete, the platform will beep twice, readings will automatically show on the remote display.
7. Carefully step off platform after measurement is complete.
8. At anytime during and after the "Auto Display Process", the user may use the ▲/▼ buttons to scroll thru the different results. For advanced scrolling, the user may press and hold ▲/▼ button.

Upon reading the desired readings, release the button to view the result, readings will appear for 30 seconds before the unit automatically shuts off.

**Note:** For children (age 5-17), the unit will only display the Weight and the Body Fat % (it will not display the Healthy Range Indicator).

## Recall Function

The previous readings of the following features can be obtained using the recall function.

- Weight
- Body Fat %
- Total Body Water %
- Muscle Mass
- Physique Rating
- BMR/Metabolic Age
- Bone Mass
- Visceral Fat Level

To obtain previous readings, press the SET button while the current readings are being displayed.

The display will show the previous readings. To see other previous readings, press for each desired reading.

Press SET again to go back to the current result display.

**Note:** For children (age. 5-17), the unit will only display the previous Weight and the Body Fat %.

## Programming The Guest Mode

Guest mode allows you to program the unit for a one-time use without resetting a Personal data number.

Press ▲ button to activate the unit. Then follow the steps: Set Age, Select Female or Male, and Specify Height.

## Taking Weight Measurement Only

Press the Weight-only key.

Step onto the platform while the Green Indicator Light is blinking.

After the measurement is complete, the platform will beep twice, readings will automatically show on the remote display. Carefully step off platform after measurement is complete.

## Warning

Do not use the body fat reading feature of this product if you have a pacemaker or other electronic implanted medical device.

## Troubleshooting

- **Interference may occur if multiple platforms are present. Please use only one platform in any given area.**
- Do not step onto the platform before the platform beeps once and the Green Indicator Light blinks.
- Do not step off until after hearing a double beep or the Green Light remains solid (stops blinking), the measurement is taken, and the readings are displayed on the applicable device (e.g. Garmin Watch, Tanita Remote Display, and/or PC).
- If you do not step onto the platform within 30 seconds after Green Indicator Light begins blinking, the power will shut-off automatically.
- **Constant Red Indicator Light**
  - Make sure socks or stockings are removed, and the soles of your feet are clean and properly aligned on the measuring platform. (see p.2)
  - Make sure to step onto the platform only **after** it has beeped twice or the Green Indicator Light is blinking.
  - The unit cannot accurately measure your weight if it detects movement. Please stand on the platform keeping movement to a minimum.
  - If Body Fat Percentage is more than 75%, readings cannot be obtained from the unit.
  - Reading cannot be obtained if the weight capacity is exceeded. Weight capacity is 200kg / 440lb / 31st. 6lb.
- **Blinking Red Indicator Light**
  - Batteries are low. When the Red Indicator Light is blinking, replace the batteries immediately, since weak batteries will affect the accuracy of your measurements. Change all the batteries at the same time with new batteries.

### Specifications

#### BC-1000

#### Weight Capacity

200kg / 440lb / 31st. 6lb

#### Weight Increments

0.1kg / 0.2lb / 0.2lb

#### Power Supply

DC 6V (LR6 - AA Battery x 4 included)

#### Power Consumption

100 mA maximum

#### Temperature Range of usage

41°F - 95°F / 5°C - 35°C



#### Notice:

These marks can be found out on contaminant-containing

Batteries: **Pb** Pb = Battery contains lead,  
**Cd** Cd = Battery contains cadmium,  
**Hg** Hg = Battery contains mercury.

### **⚠ Not allowed to mix batteries with consumer wastes!**

As consumer you are legally bound to return used or discharged batteries. You can deposit your old batteries at the public collecting points in your town, or wherever the corresponding batteries are sold and specifically marked collecting boxes have been set up. In case of scrapping the apparatus, the batteries should be removed from it and deposited at the collecting points as well.



We hereby declare that this equipment is in compliance with the essential requirements and other relevant provisions of Directive 1999/5/EC.



## Einleitung

Wir bedanken uns für Ihren Kauf einer Tanita-Körperfettanalysewaage. Dieses Gerät gehört zu einer breiten Palette an Tanita-Produkten für die Gesundheitspflege zu Hause.

Die Bedienungsanleitung begleitet Sie durch die Installationsabläufe und erklärt die wichtigsten Funktionen.

Bitte bewahren Sie diese Anleitung für zukünftige Fragen gut erreichbar auf. Zusätzliche Informationen über einen gesunden Lebensstil finden Sie auf unserer Website [www.tanita.com](http://www.tanita.com).

Tanita-Produkte verbinden die neuesten klinischen Forschungserkenntnisse mit technologischen Innovationen.

Alle Daten werden vom medizinischen Beratungsausschuss von Tanita überprüft, um deren Genauigkeit sicherzustellen.



**Anmerkung:** Lesen Sie sich diese Bedienungsanleitung bitte sorgfältig durch, und bewahren Sie sie zum späteren Nachschlagen auf.

### Sicherheitshinweise

Bitte beachten Sie, dass Personen mit elektronischen medizinischen Implantaten, wie z. B. einem Herzschrittmacher, keine Körperfettanalyse-Waage verwenden sollten, da diese ein schwaches elektrisches Signal durch den Körper sendet und somit die Funktion des Implantats beeinträchtigen könnte.

Schwangere Frauen sollten nur die Gewichtsfunktion verwenden. Alle anderen Funktionen sind nicht für schwangere Frauen vorgesehen.

Stellen Sie dieses Gerät auf keine rutschigen Oberflächen, wie z. B. nasse Fußböden.

Tanita haftet nicht für Schäden und Verluste, die durch dieses Geräts entstehen, noch für Forderungen Dritter.

### Wichtige Hinweise für den Benutzer

Diese Körperfettanalyse-Waage ist für den Gebrauch von Erwachsenen und Kindern (5-17 Jahre) bestimmt, die wenig bis mäßig aktiv sind, sowie für athletische Körpertypen.

**Als „athletisch“ bezeichnet Tanita Personen, die etwa 10 Stunden pro Woche über einen Zeitraum von mindestens 6 Monaten intensiv trainieren und einen Ruhepuls von höchstens 60 Schlägen/Minute haben. Darüber hinaus bezieht „athletisch“ Personen ein, die gegenwärtig zwar weniger als 10 Stunden pro Woche Sport treiben, im Laufe ihres Lebens jedoch sportlich immer sehr aktiv gewesen sind.**

**Die Körperfettanalyse-Funktion ist nicht für schwangere Frauen, Profisportler oder Bodybuilder vorgesehen.**

Tanita haftet nicht für Schäden und Verluste, die durch dieses Geräts entstehen, noch für Forderungen Dritter.

**Anmerkung:** Die Ermittlung des Körperfetts variiert mit der im Körper vorhandenen Wassermenge und kann durch folgende Faktoren beeinflusst werden: Dehydrierung oder Überhydrierung wegen Alkoholgenuss, Menstruation, intensives körperliches Training usw. Wenn möglich, sollten alle Messungen am Ende eines Tages vorgenommen werden, da die Hydrierungswerte nach dem Aufstehen am Morgen am niedrigsten sind.

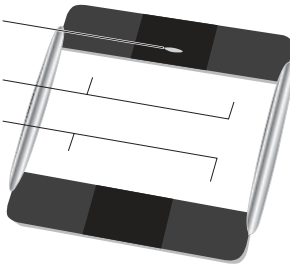
## Merkmale und Funktionen

### Wiege Plattform

1. Anzeige (grün und rot)

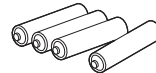
2. Fußballen-Elektroden

3. Fersen-Elektroden



### Zubehör

4. Mignonbatterien (Größe AA) (4)



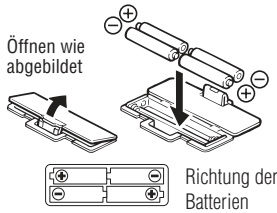
5. Teppichfüße (4)







## Vorbereitungen vor Gebrauch



### ⚠ Einlegen der Batterien

Öffnen Sie den Batteriedeckel auf der Rückseite der Waage. Legen Sie die mitgelieferten Mignonbatterien wie gezeigt ein.

**Anmerkung:** Achten Sie auf die richtige Polaritätsausrichtung der Batterien. Werden die Batterien falsch eingelegt, kann Flüssigkeit austreten und den Fußboden beschädigen. Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, sollten Sie vor dem Wegstellen die Batterien herausnehmen.

Beachten Sie, dass die werkseitig bereitgestellten Batterien mit der Zeit schwächer werden.



Abnehmbare Teppichfüße (nur für Flore mit einer Dicke von bis zu 7 mm)

### ⚠ Aufstellen des Geräts

Stellen Sie das Gerät auf eine harte, ebene Fläche mit möglichst wenig Vibrationen, um eine sichere und genaue Messung zu ermöglichen.

Verwenden Sie die Teppichfüße, wenn die Waage auf einer weichen Oberfläche, etwa einem Teppich oder Teppichboden verwendet wird.

**Anmerkung:** Um mögliche Verletzungen zu vermeiden, stellen Sie sich nicht auf den Rand der Plattform.

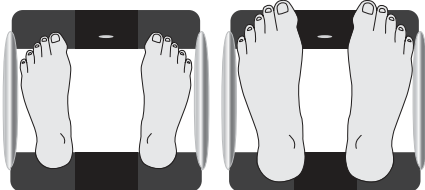
## Tipps zum Umgang mit dem Gerät

Dieses Gerät ist ein Präzisionsinstrument mit der neuesten Technologie.

Um dieses Gerät in einem einwandfreien Zustand zu halten, befolgen Sie die nachstehenden Instruktionen bitte genau:

- Versuchen Sie nicht, das Gerät selbst auseinander zu nehmen.
- Stellen Sie die Waage horizontal auf.
- Achten Sie darauf, dass das Gerät nicht übermäßigen Stößen oder Vibrationen ausgesetzt ist.
- Stellen Sie das Gerät nicht in praller Sonne, in der Nähe von Heizgeräten oder in Bereichen auf, in denen hohe Feuchtigkeit oder extreme Temperaturwechsel vorkommen.
- Tauchen Sie das Gerät niemals ins Wasser. Reinigen Sie die Elektroden mit Alkohol, und nehmen Sie zum Polieren ein mit Glasreiniger benetztes Tuch; verwenden Sie keine Seife.
- Betreten Sie die Wiegeplattform nicht, wenn sie nass ist.
- Lassen Sie keine Gegenstände auf die Waage fallen.
- Verwenden Sie diese Waage nicht, wenn Sie Sendegeräte (wie beispielsweise ein Handy) bedienen, da Ihre Messergebnisse anderenfalls beeinträchtigt werden können.
- Wenn Sie das Gerät längere Zeit nicht benutzen, sollten Sie die Batterien herausnehmen.

## So erhalten Sie genaue Messwerte



Fersen mittig auf Elektroden

Zehen können über Messplattform hinausragen

Um genaue Messwerte zu erhalten, wiegen Sie sich ohne Kleidung bei gleich bleibendem Wasserhaushalt. Sollten Sie sich mit Kleidung wiegen, ziehen Sie vorher Socken bzw. Strümpfe aus und achten Sie darauf, dass Ihre Füße sauber sind, bevor Sie auf die Messplattform steigen. Vergewissern Sie sich, dass Ihre Fersen richtig auf den Elektroden der Messplattform stehen.

Es macht nichts, wenn Ihre Füße zu groß für das Gerät sind. Sie erhalten auch dann noch genaue Messwerte, wenn Ihre Zehen über die Plattform hinausragen.

Es ist wichtig, dass Sie die Messungen nach Möglichkeit immer zur gleichen Tageszeit durchführen. Warten Sie nach dem Aufstehen, Essen oder nach intensivem Training etwa drei Stunden mit dem Messen.

Sollte Ihnen die Messung unter diesen Bedingungen nicht möglich sein, erhalten Sie zwar nicht die gleichen absoluten Werte, können anhand dieser Werte jedoch die Änderungen in Ihrem Körperfettanteil bestimmen, solange die Messungen unter gleich bleibenden Bedingungen ausgeführt werden. Um Ihren Fortschritt zu überwachen, vergleichen Sie Ihr Gewicht und Ihren Körperfettanteil über einen längeren Zeitraum hinaus unter gleichen Bedingungen.

**Anmerkung:** Bei schmutzigen Füßen, gebeugten Knien oder einer sitzenden Position kann kein genauer Messwert erzielt werden.



# Verwendung der TANITA Remote-Tischanzeige mit Funkübertragung

## Anfängliche Einstellung

Vergewissern Sie sich, dass die Waage bei eingelegeten Batterien nicht weiter als 5 m entfernt ist.

Setzen Sie die Batterien in die Fernbedienung ein.

Drücken Sie eine beliebige Taste an der Gerätevorderseite, um den Kommunikationsvorgang zu starten.

Das Funksymbol (#) auf dem Display blinkt, während die Fernkommunikation mit der Plattform stattfindet. Nachdem die Kommunikation erfolgreich abgeschlossen wurde (das Funksymbol erlischt), gehen Sie zu Schritt 1 „Stunde einstellen“ weiter.

**Anmerkung:** Falls die Kommunikation misslingt, wird auf dem Display „ErrC“ angezeigt.

Drücken Sie eine beliebige Taste an der Gerätevorderseite, um den Kommunikationsvorgang erneut zu starten.

### 1. Stunde einstellen

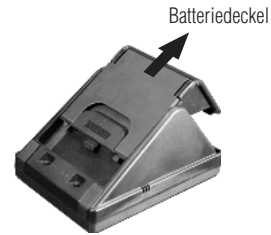
Drücken Sie die Taste ▲/▼, um die Stunde einzustellen, und dann die Taste SET. Das Gerät piept einmal zur Bestätigung.

### 2. Minute einstellen

Drücken Sie die Taste ▲/▼, um die Minute einzustellen, und dann die Taste SET. Das Gerät piept zweimal zur Bestätigung der Programmierung.

### • Zeit zurücksetzen

Drücken Sie die Uhr-Taste an der Unterseite der Remote-Anzeige. Folgen Sie dann den Schritten 1 und 2.



## Einstellung und Speichern persönlicher Daten

Sie erhalten nur dann Messergebnisse, wenn Sie Daten in die Tanita Remote-Tischanzeige einprogrammiert haben.

### 1. Wählen einer persönlichen Nummer

Drücken Sie die Taste SET, um das Gerät zu aktivieren. Betätigen Sie die Taste ▲/▼, um eine persönliche Nummer zu wählen. Drücken Sie dann die Taste SET.

### 2. Einstellen des Alters

Betätigen Sie die Taste ▲/▼, um das Alter zu wählen. Drücken Sie dann die Taste SET.

### 3. Wählen des Geschlechts

Betätigen Sie die Taste ▲/▼, um Weiblich (♀) / Männlich (♂) / Athlet Weiblich (♀/🏃) / Athlet Männlich (♂/🏃) zu wählen. Drücken Sie dann die Taste SET.

### 4. Einstellen der Größe

Betätigen Sie die Taste ▲/▼, um die Größe zu wählen. Drücken Sie dann die Taste SET.

## Umschalten des Wiegemodus

Wählen Sie den bevorzugten Wiegemodus mit dem Wiegemodus-Schalter, der sich an der Unterseite der Remote-Anzeige befindet.

## Messen des Körperfettanteils

1. Bevor Sie zum nächsten Schritt weiter gehen, vergewissern Sie sich, dass die Plattform nicht mehr als 5 m von der Remote-Anzeige entfernt ist.



2. Drücken Sie die Taste ▼ (Benutzer), um das Gerät einzuschalten, und dann die Taste ▲/▼, um Ihre persönliche Nummer zu wählen. **(Stellen Sie sich nicht auf die Plattform.)**
3. Drücken Sie die Taste SET, um Ihre persönliche Nummer zu bestätigen.
4. Wenn die Remote-Anzeige und die Plattform miteinander verbunden sind, erklingt ein Piepton, und die grüne Anzeigeleuchte blinkt.
5. **Stellen Sie sich auf die Plattform, während die grüne Anzeigeleuchte blinkt.**
6. Nachdem die Messung abgeschlossen ist, piept die Plattform zweimal, und die Messwerte werden automatisch auf der Remote-Anzeige angezeigt.
7. Nachdem die Messung abgeschlossen ist, treten Sie vorsichtig von der Plattform herunter.
8. Vor oder während des „Automatischen Anzeigevorgangs“ kann der Benutzer jeder Zeit die Taste ▲/▼ drücken, um durch die verschiedenen Ergebnisse zu scrollen. Für schnelleres Scrollen sollte der Benutzer die Taste ▲/▼ gedrückt halten.  
Nachdem Sie durch die Messwerte gesucht haben, geben Sie die Taste frei, wenn Sie das gesuchte Ergebnis gefunden haben, dann werden die Messwerte 30 Sekunden lang angezeigt, bevor sich das Gerät automatisch ausschaltet.

**Anmerkung:** Für Kinder (im Alter von 5-17 Jahren) zeigt das Gerät nur das Gewicht und den Körperfettanteil (in Prozent) an, aber nicht die Anzeige „Gesunder Bereich“).

## Abruffunktion

Die letzten Messwerte der folgenden Funktionen können mittels der Abruffunktion erneut angezeigt werden, solange die aktuelle Messung angezeigt wird:

- Gewicht
- Körperfett %
- Gesamtes Körperwasser %
- Muskelmasse
- Körperbewertung
- BMR/Stoffwechselalter
- Knochenmasse
- Eingeweidefett

Für die Anzeige vorhergehender Messwerte drücken Sie die Taste SET bis zum gewünschten Messwert.

In der Anzeige sehen Sie die vorhergehenden Messwerte. Um weitere vorhergehende Messwerte zu sehen, drücken Sie die Taste erneut.

Drücken Sie die Taste SET erneut, um zurück zur aktuellen Ergebnisanzeige zu gelangen.

**Anmerkung:** Für Kinder (im Alter von 5-17 Jahren) zeigt das Gerät nur das vorherige Gewicht und den Körperfettanteil (in Prozent) an.

## Programmierung des Gastmodus

Mit dem Gastmodus können Sie das Gerät für einen einmaligen Gebrauch programmieren, ohne gespeicherte Daten zu löschen.

Drücken Sie die Taste ▲, um das Gerät zu aktivieren. Führen Sie dann die folgenden Schritte durch: Eingabe von: Alter, Geschlecht und Größe.

## Um nur das Gewicht zu bestimmen

Drücken Sie die Taste „Nur wiegen“.

Stellen Sie sich auf die Plattform, während die grüne Anzeigeleuchte blinkt.

Nachdem die Messung abgeschlossen ist, piept die Plattform zweimal, und die Messwerte werden automatisch auf der Remote-Anzeige angezeigt. Nachdem die Messung abgeschlossen ist, treten Sie vorsichtig von der Plattform herunter.

## Warnung

Verwenden Sie die Körperfett-Messfunktionen nicht im Falle einer Schwangerschaft bzw. wenn Sie eine Schrittmacher oder ein anderes elektronisches Gerät im Körper eingesetzt tragen.



## Fehlersuche

- **Wenn mehrere Plattformen vorhanden sind, kann es zu Interferenz kommen. Bitte verwenden Sie jeweils nur eine Plattform an einem Ort.**
- Stellen Sie sich nicht auf die Plattform, bevor ein einmaliger Piepton erklingen ist und die grüne Anzeigeleuchte blinkt.
- Treten Sie nicht von der Plattform herunter, bis ein doppelter Piepton erklingen ist oder die grüne Anzeigeleuchte leuchtet (d. h. zu blinken aufhört); dann erfolgt die Messung, und die Messwerte werden auf dem geeigneten Gerät angezeigt (z. B. Garmin-Uhr, Tanita Remote-Anzeige und/oder PC).
- Falls Sie sich nicht innerhalb von 30 Sekunden, nachdem die grüne Anzeigeleuchte zu blinken begonnen hat, auf die Plattform stellen, schaltet sich das Gerät automatisch aus.
- **Leuchtende rote Anzeige**  
Stellen Sie sicher, dass Sie keine Socken oder Nylonstrümpfe tragen und dass Ihre Fußsohlen sauber und nach den Markierungen auf der Messplatte ausgerichtet sind. (Siehe S. 2.)  
Stellen Sie sich erst auf die Plattform, **nachdem** der Piepton zweimal erklingen ist und die grüne Anzeigeleuchte blinkt.  
Das Gerät kann, wenn es Bewegungen registriert, keine exakte Messung Ihres Gewichts vornehmen. Versuchen Sie, so still wie möglich auf der Messplattform zu stehen.  
Der Körperfettanteil liegt über 75 %, daher kann das Gerät keine Messwerte ermitteln.  
Es können keine Messwerte ermittelt werden, wenn das zulässige Höchstgewicht überschritten wird. Das zulässige Höchstgewicht beträgt 200kg / 440lb / 31st. 6lb.
- **Blinkende rote Anzeige**  
Die Batterien sind erschöpft. Wenn die rote Anzeige blinkt, ersetzen Sie die Batterien unverzüglich, da erschöpfte Batterien die Genauigkeit der Messungen beeinträchtigen. Alle Batterien sollten immer gleichzeitig durch neue ersetzt werden.

### Spezifikation BC-1000

#### Höchstgewicht

200kg / 440lb / 31st. 6lb

#### Teilung

0,1kg / 0,2lb / 0,2lb

#### Stromversorgung

GS 6 V (LR6 - AA Mignonbatterie x 4, mitgeliefert)

#### Stromverbrauch

100 mA maximal

#### Betriebstemperaturbereich

5°C - 35°C / 41°F - 95°F



Hinweis:

Diese Zeichen finden Sie auf schadstoffhaltigen Batterien:

**Pb** Pb = Batterie enthält Blei,

**Cd** Cd = Batterie enthält Cadmium,

**Hg** Hg = Batterie enthält Quecksilber.

### **Batterien dürfen nicht in den Hausmüll!**

Als Verbraucher sind Sie gesetzlich verpflichtet, gebrauchte oder ausgelaufene Batterien zurückzugeben. Sie können Ihre alten Batterien bei den öffentlichen Sammelstellen in Ihrer Stadt oder überall dort abgeben, wo Batterien der betreffenden Art verkauft werden und speziell gekennzeichnete Sammelbehälter aufgestellt sind. Bei Verschrottung des Gerätes sind die Batterien zu entnehmen und müssen ebenfalls bei Sammelstellen abgegeben werden.



Hiermit erklären wir, dass dieses Gerät die grundlegenden Anforderungen und andere relevante Bestimmungen der Richtlinie 1999/5/EC erfüllt.



## Introduction

Merci d'avoir choisi l'analyseur de composition corporelle de Tanita.  
 Cet appareil fait partie de la vaste gamme de produits de santé grand public de Tanita.  
 Ce mode d'emploi vous guide dans les procédures d'installation et vous explique les fonctions principales de l'appareil.  
 Veuillez le garder à portée de main pour vous y référer ultérieurement. Pour toute information complémentaire sur la santé au quotidien, n'hésitez pas à consulter notre site Web [www.tanita.com](http://www.tanita.com).  
 Les produits Tanita intègrent les dernières recherches cliniques et innovations technologiques.  
 Le Comité consultatif médical de Tanita vérifie toutes les données pour garantir leur validité.



**Remarque :** A lire attentivement et à garder en cas de besoin.

### Précautions d'emploi

Les personnes ayant un implant médical électronique, comme un stimulateur cardiaque, ne devraient pas utiliser l'impédancemètre car celui-ci fait passer un signal électrique de faible niveau à travers le corps, qui peut interférer avec son fonctionnement.  
 Les femmes enceintes ne doivent utiliser que la fonction de mesure du poids. Aucune des autres fonctions n'est conçue pour les femmes enceintes.

Ne posez pas cet appareil sur une surface glissante telle qu'un sol mouillé.

Tanita ne saurait être tenue responsable de quelques dommages ou pertes que ce soient, entraînés par l'usage de cet appareil, ni de quelque réclamation que ce soit provenant de tiers.

### Remarques importantes à l'intention des utilisateurs

Cette balance impédancemètre est destinée aux adultes et enfants âgés de 5 à 17 ans sédentaires ou modérément actifs, ainsi qu'aux adultes pratiquant du sport de façon intensive.

**Tanita définit "une personne athlétique" une personne impliquée dans une activité physique intense d'environ 10 heures par semaine, pendant au moins 6 mois, et qui a une fréquence cardiaque au repos d'environ 60 battements par minute ou moins. Ceci inclut également les personnes ayant eu une activité physique élevée tout au long de leur vie mais dont l'activité physique actuelle ne dépasse pas 10 heures par semaine.**

**La fonction de contrôle du taux de graisse corporelle n'est pas destinée aux femmes enceintes, athlètes professionnels ou culturistes.**

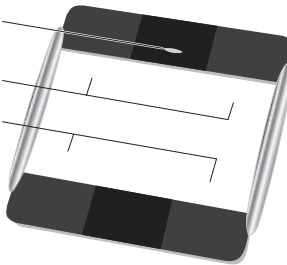
Tanita décline toute responsabilité en cas de perte ou de dommages occasionnés par ses appareils ou en cas de réclamation effectuée par un tiers.

**Remarque :** Le calcul du taux de graisse corporelle varie en fonction du volume d'eau contenu dans l'organisme, et peut également être affecté par la déshydratation ou un niveau hydrique excessif dus à divers facteurs tels que la consommation d'alcool, la période des règles, une maladie, un exercice physique intense, etc. Il est recommandé que, si possible, toutes les lectures soient prises à la fin d'une journée, puisque le matin au réveil, les niveaux d'hydratation sont à leur taux le plus bas.

## Caractéristiques

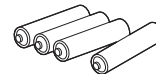
### Plateau de pesée

1. Indicateur lumineux (vert et Rouge)
2. Electrodes avant (doigts de pied)
3. Electrodes arrière (talons)



### Accessoires

4. Piles de type AA (4)

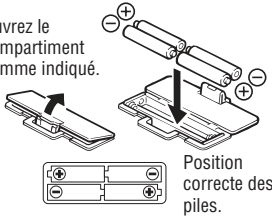


5. Tapis de sol (4)



## Avant utilisation

Ouvrez le compartiment comme indiqué.



### ⚠ Insertion des piles

Ouvrez la trappe du réceptacle situé sous le plateau de pesée et insérez les piles comme indiqué.

**Remarque:** assurez-vous que les piles sont placées dans le bon sens, en respectant la polarité. Si elles ne sont pas dans la bonne position, elles risquent de couler et d'endommager le plancher. En cas de non-utilisation prolongée, il est conseillé de retirer les piles de l'appareil.

Les piles livrées avec l'appareil ne sont pas conçues pour une utilisation durable.

### ⚠ Positionnement de l'appareil

Placez le plateau de pesée sur une surface dure et plane présentant un niveau de vibrations minimal, ceci afin d'assurer une mesure exacte, en toute sécurité. Utilisez le tapis de sol lorsque la balance est utilisée sur une surface instable comme sur des carpettes ou de la moquette.

**Remarque :** pour des raisons de sécurité, évitez de marcher sur les bords du plateau.

Tapis de sol détachable  
(Uniquement pour les sols supérieurs à 0.28" ( 7 mm d'épaisseur)

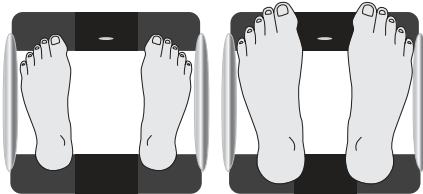
## Conseils de manipulation

Cet appareil est un instrument de précision faisant appel à des technologies de pointe.

Pour maintenir l'appareil dans des conditions optimales d'utilisation, suivez les indications suivantes :

- Ne tentez pas de démonter la balance.
- Rangez l'appareil à l'horizontale et de manière à ce que les touches ne puissent pas être actionnées accidentellement.
- Ne le faites pas tomber et ne montez pas dessus brusquement. Evitez les vibrations excessives.
- N'exposez pas l'appareil directement aux rayons du soleil et ne le placez pas à proximité d'un radiateur ni dans un endroit susceptible d'être très humide ou de présenter des variations de température importantes.
- Ne l'immergez pas dans l'eau et n'utilisez pas de détergent pour le nettoyer. Nettoyez les électrodes à l'aide d'un chiffon imbibé d'alcool.
- Ne montez pas sur le plateau de pesée lorsque vous êtes mouillé.
- Ne faites pas tomber des objets sur l'appareil.
- Ne pas utiliser cette balance pendant que les capteurs opèrent (comme un téléphone mobile), cela pourrait affecter vos résultats.
- Lorsque l'appareil n'est pas utilisé pendant une longue période, il est recommandé d'enlever les piles.

## Comment obtenir des résultats exacts



Talons centrés sur les électrodes.

Les orteils peuvent dépasser du plateau.

Pour que les résultats soient aussi exacts que possible, les mesures doivent être effectuées sans vêtements et dans des conditions hydriques similaires. Si vous n'ôtez pas vos vêtements, ôtez vos collants ou chaussettes et assurez-vous que vos pieds sont propres et secs avant de monter sur la balance. Assurez-vous que vos talons sont correctement alignés sur la plate-forme de mesure. Ne vous inquiétez pas si le plateau semble trop court pour vos pieds. L'appareil fonctionne correctement même lorsque vos orteils dépassent du plateau. Il est préférable d'effectuer les mesures à la même heure de la journée et dans des conditions identiques pour obtenir des résultats homogènes. Essayez si possible d'effectuer la mesure au moins 3 heures après le lever, un repas ou un exercice physique violent.

**Remarque :** Les mesures ne sont valides que si vos pieds sont propres et secs, que vos genoux ne sont pas pliés et que vous n'êtes pas assis.



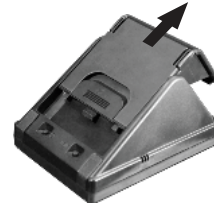
## Utilisation de l'écran Déporté sans Fil (En Option)

### Réglage initial

Assurez-vous que le pèse-personne se trouve à moins de 5 m (17 pieds) et que les piles sont en place. Insérez les piles dans l'écran sans fil. Appuyez sur n'importe quelle touche du panneau avant pour démarrer le processus de communication. L'icône de communication sans fil (📶) sur l'affichage clignote quand l'écran sans fil communique avec le pèse-personne. Une fois que la communication a été effectuée sans problème (l'icône disparaît), passez à l'étape 1 "Réglez l'heure".

**Remarque:** Si un problème de communication se produit, l'affichage indique "ErrC", appuyez sur la touche du panneau avant pour rétablir le processus de communication.

Couvercle du logement des piles



### 1. Réglez l'heure

Appuyez sur les touches ▲/▼ pour régler l'heure, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet un bip de confirmation.

### 2. Réglez les minutes

Appuyez sur les touches ▲/▼ pour régler les minutes, puis appuyez sur la touche SET. L'appareil émet deux bips pour confirmer la programmation.

### • Réinitialisation de l'heure

Appuyez sur la touche d'horloge située au-dessous de l'écran sans fil. Puis suivez les étapes 1 et 2.



Touche de rétroéclairage  
Position debout

## Réglage et mémorisation de données personnelles

Les résultats sont affichés uniquement si les données ont été programmées sur l'écran sans fil Tanita.

### 1. Sélectionnez le numéro des données personnelles

Utilisez les curseurs pour sélectionner Femme (♀) ou Homme (♂) et le Femme/Sportive (♀🚴) ou Homme/Sportif (♂🚴), appuyez ensuite sur la touche Set (réglage).

### 2. Réglez l'âge

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner l'âge. Appuyez sur la touche SET.

### 3. Sélectionnez Homme ou Femme

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner Femme / Homme / Femme sportive / Homme sportif. Appuyez sur la touche SET.

### 4. Sélectionnez la taille

Utilisez les touches ▲/▼ pour sélectionner la taille. Appuyez sur la touche SET.

## Commutation en mode Poids

Sélectionnez votre mode poids préféré en utilisant le bouton de mode poids en bas de l'écran sans fil.



## Affichage des résultats sur la composition du corps

1. Avant de procéder, assurez-vous que le pèse-personne se trouve à moins de 5 m (17 pieds) de l'affichage distant.
2. Appuyez sur la touche ▼ (Utilisateur) pour mettre l'appareil en service, puis appuyez sur les touches ▲/▼ pour sélectionner le numéro de vos données personnelles.  
**(Ne montez pas sur le pèse-personne.)**
3. Appuyez sur la touche SET pour confirmer votre numéro personnel.
4. Quand l'affichage distant et le pèse-personne sont jumelés, le pèse-personne émet un bip de confirmation et le témoin vert clignote.
5. **Montez sur le pèse-personne pendant que le témoin vert clignote.**
6. Une fois que la mesure est terminée, le pèse-personne émet deux bip de confirmation et les résultats apparaissent automatiquement sur l'affichage distant.
7. Descendez doucement du pèse-personne une fois que la mesure est terminée.
8. À n'importe quel moment pendant ou après le "Processus d'affichage automatique", l'utilisateur peut utiliser les touches ▲/▼ pour faire défiler les différents résultats. Pour faire défiler des résultats plus détaillés, maintenez pressées les touches ▲/▼. Après avoir sélectionné les résultats souhaités, relâchez la touche pour voir les résultats, ils resteront sur l'affichage pendant 30 secondes avant que l'appareil ne se mette automatiquement hors service.

**Remarque:** Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil affiche uniquement le poids et le pourcentage de graisse corporelle (il n'affiche pas l'Indicateur de plage de santé)

## Fonction de rappel

Les résultats précédents des fonctions suivantes peuvent être obtenus avec la fonction de rappel.

- Poids
- Graisse corporelle %
- Masse hydrique totale %
- Masse musculaire
- Évaluation de la corpulence
- BMR/Âge métabolique
- Masse osseuse
- Niveau de graisse viscérale

Pour obtenir les résultats précédents, appuyez sur la touche SET pendant que les résultats actuels sont affichés. L'affichage affiche les résultats précédents. Pour voir les autres résultats précédents, appuyez encore pour obtenir les résultats souhaités. Appuyez de nouveau sur SET pour revenir sur l'affichage des résultats actuels.

**Remarque:** Pour les enfants (âge 5-17), l'appareil affiche uniquement le poids et le pourcentage de graisse corporelle.

## Programmation du mode Invité

Le mode Invité vous permet de programmer l'appareil pour une utilisation unique sans avoir besoin de régler de nouvelles données personnelles.

Appuyez sur la touche ▲ pour mettre l'appareil en service. Puis suivez ces étapes: Réglez l'âge, Sélectionnez Femme ou Homme et Spécifiez la taille.

## Pour mesurer uniquement le poids

Appuyez sur la touche Poids seulement.

Montez sur le pèse-personne pendant que le témoin vert clignote.

Une fois que la mesure est terminée, le pèse-personne émet deux bips et les mesures apparaissent automatiquement sur l'affichage distant. Descendez doucement du pèse-personne une fois que la mesure est terminée.

## Avertissement

N'utilisez pas la fonction "mesure du taux de graisse corporelle" de cette balance si vous portez un stimulateur cardiaque ou tout autre implant électronique.





## Dépannage

- **Des interférences peuvent se produire si plusieurs plates-formes sont présentes. Veuillez utiliser une seule plate-forme dans un endroit donné**
- Ne pas monter sur la plate-forme avant que la plate-forme émette un bip et que le voyant lumineux vert clignote.
- Ne pas descendre jusqu'à ce qu'un double bip ou que la lumière verte reste solide (ne clignote plus), la mesure est prise, et les lectures sont affichées sur le l'appareil approprié (par exemple, la montre Garmin, ou l'affichage à distance de Tanita et / ou PC)
- Si vous ne montez pas sur la plate-forme dans les 30 secondes après que le voyant lumineux vert commence à clignoter, l'appareil s'éteindra automatiquement.
- **Le voyant Lumineux rouge reste allumé**  
Assurez-vous que les chaussettes ou les bas sont enlevées, et que la plante de vos pieds sont propres et bien alignées sur la plate-forme de mesure. (voir p.8)  
Assurez-vous de descendre de la plate-forme seulement **après** que les deux bips sonores ou que le voyant lumineux vert clignote.  
L'unité ne peut pas mesurer votre poids avec justesse si elle détecte un mouvement. Veuillez rester sur la plateforme en essayant de ne pas bouger.  
Si le pourcentage de graisse dans le corps est de plus de 75%, l'unité ne pourra pas faire de mesure.  
La lecture ne peut pas se faire si la capacité de poids a été dépassée. La charge maximale est de 220kg / 440lb / 31st. 6lb.
- **Le voyant lumineux rouge clignote**  
Les piles sont faibles. Lorsque le voyant lumineux rouge clignote, remplacez les piles immédiatement, car la faiblesse des batteries aura une incidence sur la précision de vos mesures. Changez toutes les piles en même temps et utilisez des piles de format AA.

### Caractéristiques BC-1000

#### Capacité de pesage maxi

200kg / 440lb / 31st. 6lb

#### Incréments de poids

0,1kg / 0,2lb / 0,2lb

#### Alimentation

Courant Continu 6V (LR6 – Piles AA x 4 incluses)

#### Consommation d'énergie

100 mA au maximum

#### Plage température d'utilisation

5°C - 35°C / 41°F - 95°F



Remarque:

Vous trouverez les indications suivantes sur les piles contenant des substances polluantes:

**Pb** Pb = la pile contient du plomb,

**Cd** Cd = la pile contient du cadmium,

**Hg** Hg = la pile contient du mercure.

### **⚠ Jeter des piles avec des déchets ménagers est interdit!**

En tant que consommateur, vous avez l'obligation de rendre les piles usagées ou déchargées. Vous pouvez déposer vos vieilles piles dans des lieux de collecte publics de votre ville ou partout où des piles similaires sont vendues et que des boîtes de collection spécialement indiquées ont été mises en place. En cas de mise au rebut de l'appareil, les piles doivent en être ôtées et également déposées dans le point de collection.



Nous déclarons que cet équipement est conforme aux exigences essentielles et autres dispositions pertinentes de la directive 1999/5/CE.

## Introductie

Hartelijk bedankt dat u voor een lichaamssamenstellingmonitor van Tanita hebt gekozen. Dit toestel maakt deel uit van het uitgebreide gamma persoonlijke gezondheidsproducten van Tanita. Deze gebruiksaanwijzing wijst u de weg door de instellingen en geeft uitleg over de belangrijkste functies van het toestel.

Bewaar deze gebruiksaanwijzing zodat u er later nog eens iets in op kunt zoeken. Meer informatie over gezond leven kunt u vinden op onze website [www.tanita.com](http://www.tanita.com).

Tanita producten maken gebruik van de nieuwste ontwikkelingen in klinisch onderzoek en technologische innovatie.

De medische adviesraad van Tanita (TMAB) controleert alle gegevens om er zeker van te kunnen zijn dat deze correct zijn.



**N.B.:** Lees deze gebruiksaanwijzing aandachtig door en houd hem bij de hand zodat u er later nog iets kunt opzoeken.

### ⚠ Veiligheidsvoorzorgen

Mensen met een elektronisch medisch implantaat, zoals een pacemaker, mogen geen lichaamssamenstellingmonitor gebruiken omdat dit toestel een zwak elektrisch signaal door het lichaam stuurt dat de werking van dergelijke implantaten kan storen.

Zwangere vrouwen mogen alleen gebruik maken van de weegfunctie. Alle andere functies zijn niet bedoeld voor zwangere vrouwen. Plaats het toestel niet op gladde oppervlakken zoals een natte vloer.

Tanita aanvaardt geen aansprakelijkheid voor wat voor schade of verlies dan ook veroorzaakt door het toestel of voor wat voor eis tot schadevergoeding van derden dan ook.

### Belangrijke opmerkingen voor de gebruiker

Deze lichaamssamenstellingmonitor is bestemd voor volwassenen en kinderen (5-17 jaar) met een inactief tot middelmatig actief leven en voor volwassenen met een atletisch lichaamstype.

**Tanita definieert een "atleet" als een persoon die minstens 6 maanden lang ongeveer 10 uur per week intensieve lichamelijke activiteit ontplooit en in rust een hartslag heeft van ongeveer 60 slagen per minuut of minder.**

**Tanita's definitie van een 'atleet' omvat tevens "levenlang fitte" personen die reeds jarenlang in goede conditie zijn maar momenteel minder dan 10 uur per week trainen.**

**De functie voor het meten van het lichaamsvetgehalte is niet bedoeld voor zwangere vrouwen, professionele atleten of bodybuilders.**

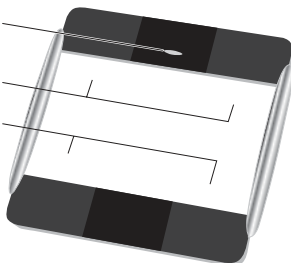
Tanita aanvaardt geen aansprakelijkheid voor wat voor schade of verlies dan ook veroorzaakt door deze toestellen of voor wat voor eis tot schadevergoeding van derden dan ook.

**N.B.:** De metingen van het lichaamsvetpercentage zullen variëren afhankelijk van de hoeveelheid vocht in het lichaam en kunnen beïnvloed worden door dehydratie als gevolg van bijvoorbeeld alcoholgebruik, menstruatie, ziekte, intensieve training enz. Het verdient aanbeveling dat indien mogelijk alle metingen aan het eind van de dag plaatsvinden want 's morgens na het opstaan zijn de vochniveaus het laagst.

## Eigenschappen en functies

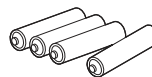
### Weegschaal

1. Indicatorlampjes (groen en rood)
2. Voorvoetelektrodes
3. Hielelektrodes



### Toebehoren

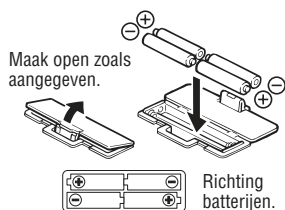
4. AA-formaat batterijen (4)



5. Tapijtvoetjes (4)



## Vorbereiding

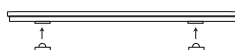


### ⚠ Inzetten van de batterijen

Doe de klep van het batterijvak aan de onderkant van de weegschaal open. Zet de meegeleverde AA-formaat batterijen op de aangegeven manier in het batterijvak.

**N.B.:** Controleer of de polen van de batterijen de juiste richting op wijzen. Als de batterijen niet de goede kant op zitten, kunnen ze gaan lekken, waardoor uw vloer beschadigd kan worden. Als u van plan bent om dit toestel langere tijd niet te gebruiken, is het raadzaam de batterijen eruit te halen voor u het toestel opbergt.

Wij wijzen u erop dat de vanuit de fabriek meegeleverde batterijen na verloop van tijd mindere prestaties kunnen leveren dan verse.



Afneembare tapijtfootjes  
(alleen voor een pooldiepte  
tot 7 mm (0,28"))

### ⚠ Plaatsen van de weegschaal

Plaats de weegschaal op een hard, plat oppervlak waar het zo min mogelijk bloot staat aan trillingen voor een veilige en nauwkeurige meting.

Gebruik de tapijtfootjes wanneer de weegschaal op een zachte ondergrond wordt gebruikt, zoals een kleed of tapijt.

**N.B.:** Om mogelijk letsel te voorkomen, raden wij u aan om niet op de rand van de weegschaal te gaan staan.

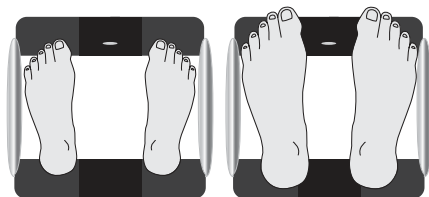
## Tips voor gebruik

Deze weegschaal is een precisie-instrument dat gebruik maakt van geavanceerde technologie.

Om het toestel in de best mogelijke staat te houden, dient u deze instructies zorgvuldig op te volgen:

- Probeer de weegschaal in geen geval te demonteren.
- Bewaar het toestel horizontaal en zorg ervoor dat de toetsen niet per ongeluk ingedrukt kunnen worden.
- Stel het toestel niet bloot aan grote schokken of trillingen.
- Plaats het toestel in een omgeving buiten bereik van direct zonlicht, verwarmingsinstallaties, hoge vochtigheid of extreme temperatuurluctuaties.
- Dompel het toestel in geen geval onder in het water. Gebruik alcohol om de elektrodes schoon te maken en glasreiniger (eerst op een doekje aanbrengen) om ze glanzend te houden; zeep vermijden.
- Stap niet met natte voeten op de weegschaal.
- Laat geen dingen op de weegschaal vallen.
- Gebruik deze weegschaal niet terwijl er andere zendapparatuur wordt gebruikt (zoals een mobiele telefoon), want dit kan de resultaten beïnvloeden.
- Wanneer het toestel langere tijd niet gebruikt zal worden, raden we u aan de batterijen eruit te halen.

## Voor nauwkeurige metingen



De hielen midden op  
de elektrodes

De tenen mogen buiten  
de weegschaal uitsteken

Voor een optimale nauwkeurigheid raden wij u aan de meting te verrichten zonder kleren aan en onder dezelfde omstandigheden wat betreft de vochtinhouding van uw lichaam. Als u uw kleren niet uitdoet, moet u toch in ieder geval uw sokken of kousen uittrekken en ervoor zorgen dat uw voetzolen schoon zijn voor u op de weegschaal stapt. Zorg ervoor dat uw hielen zich op de juiste plaats op de weegschaal bevinden.

Maakt u zich geen zorgen als uw voeten te groot lijken voor de weegschaal; ook als uw tenen buiten de weegschaal uitsteken kunnen er nog nauwkeurige metingen worden verricht.

Het is het beste om altijd op dezelfde tijd van de dag de metingen te verrichten. Probeer ongeveer drie uur te wachten na het opstaan, eten of zware trainingen voor u de metingen verricht.

Alhoewel metingen onder andere omstandigheden niet dezelfde absolute waarde vertegenwoordigen, zijn ze wel bruikbaar voor het bepalen van procentuele veranderingen, mits de metingen consequent worden uitgevoerd. Om uw ontwikkeling bij te houden, moet u uw gewicht en lichaamsvetpercentage meten onder dezelfde omstandigheden en vergelijken over een bepaalde periode.

**N.B.:** Een nauwkeurige meting is niet mogelijk als uw voetzolen niet schoon zijn, als uw knieën gebogen zijn, of als u zit of knielt.



# Gebruiken van een TANITA draadloos afstandbestuurd bureauidisplay

## Begininstellingen

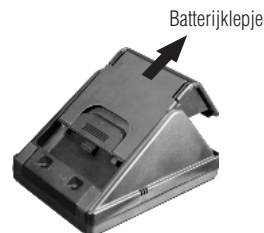
Zorg ervoor dat de weegschaal zich binnen 5 meter (17 ft) van het display bevindt en dat er goede batterijen in zitten.

Plaats de batterijen in de afstandsbediening.

Druk op één van de toetsen op het voorpaneel om de verbinding tot stand te brengen.

Het pictogram voor draadloze communicatie (#) zal gaan knipperen op het display, terwijl het display met de weegschaal aan het communiceren is. Nadat de communicatie met succes is voltooid (het pictogram voor draadloze communicatie verdwijnt), kunt u doorgaan naar stap 1 "Uren instellen".

**N.B.:** Als de communicatie mislukt, zal de foutmelding "ErrC" op het display verschijnen; druk op één van de toetsen op het voorpaneel om de verbinding opnieuw tot stand te brengen.



### 1. Uren instellen

Druk op ▲/▼ om de uren in te stellen en druk vervolgens op SET.  
Het toestel laat ter bevestiging een piepsignaal horen.

### 2. Minuten instellen

Druk op ▲/▼ om de minuten in te stellen en druk vervolgens op SET.  
Het toestel laat ter bevestiging twee piepsignalen horen.

### • De tijd opnieuw instellen

Druk op de kloktoets aan de onderkant van het afstandbestuurde display.  
Volg daarna procedure 1 en 2, zoals hierboven beschreven staat.



## Persoonlijke gegevens instellen en opslaan in het geheugen

U kunt alleen metingen ontvangen als deze gegevens in het Tanita afstandbestuurde bureauidisplay zijn geprogrammeerd.

### 1. Selecteer het persoonlijke gegevensnummer

Gebruik de SET toets om het toestel in te schakelen. Gebruik de ▲/▼ toetsen om een persoonlijk gegevensnummer te selecteren.  
Druk op SET.

### 2. Stel de leeftijd in

Gebruik de ▲/▼ toetsen om de leeftijd in te stellen. Druk op SET.

### 3. Kies Vrouw of Man

Gebruik de ▲/▼ toetsen om te kiezen uit Vrouw (♀) / Man (♂) / Vrouwelijke Atleet (♀/🏃) / Mannelijke Atleet (♂/🏃). Druk op SET.

### 4. Geef de lengte op

Gebruik de ▲/▼ toetsen om de lengte in te stellen. Druk op SET.

## Omschakelen van de gewichtseenheid

Kies de eenheid waarin u uw gewicht wilt aflezen met de schakelaar aan de onderkant van het afstandbestuurde display.



## Metten van uw lichaamssamenstelling

1. Controleer voor u verder gaat of de weegschaal zich binnen 5 meter (17 ft) van het afstandbestuurde display bevindt.
2. Druk op de ▼ (gebruiker) toets om het toestel aan te zetten en gebruik vervolgens de ▲/▼ toetsen om het juiste persoonlijke gegevensnummer te kiezen. **(Ga nog niet op de weegschaal staan.)**
3. Druk op de SET toets om uw persoonlijke gegevensnummer te bevestigen.
4. Wanneer de verbinding tussen het afstandbestuurde display en de weegschaal tot stand is gebracht, zal de weegschaal één keer piepen en zal het groene indicatorlampje gaan knipperen.
5. **Ga op de weegschaal staan terwijl het groene indicatorlampje knippert.**
6. Wanneer de meting gedaan is, zal de weegschaal twee keer een piepsignaal geven en zullen de meetgegevens automatisch op het afstandbestuurde display worden getoond.
7. Stap voorzichtig van de weegschaal af wanneer de meting klaar is.
8. Zolang de meting automatisch op het display wordt getoond, kunt u met de ▲/▼ toetsen door de diverse gegevens bladeren. Om sneller te bladeren kunt u de ▲/▼ toets ingedrukt houden.  
Wanneer de gewenste gegevens op het display verschijnen, kunt u de toets loslaten, waarna deze gegevens 30 seconden lang op het display blijven staan voor het toestel automatisch zal worden uitgeschakeld.

**N.B.:** Voor kinderen (5-17 jaar) zal het toestel alleen het gewicht en het lichaamsvetpercentage laten zien (niet de indicatie voor gezonde waarden (Healthy Range Indicator)).

## Oproepfunctie

Met de oproepfunctie kunt u eerder verkregen gegevens voor de volgende meetfuncties opnieuw bekijken.

- Gewicht
- Lichaamsvetpercentage
- Totaal lichaamsvochtpercentage
- Spiermassa
- Conditieniveau
- BMR/Metabolische leeftijd
- Botmassa
- Visceraal vetgehalte

Om eerdere meetgegevens te bekijken, dient u op de SET toets te drukken terwijl de huidige gegevens worden getoond.

Het display zal nu de meetgegevens van de vorige keer laten zien. Gebruik de toetsen om eerdere meetgegevens te zien.

Druk nog eens op SET om terug te keren naar de huidige meetgegevens.

**N.B.:** Voor kinderen (5-17 jaar) zal het toestel alleen het eerder gemeten gewicht en lichaamsvetpercentage laten zien.

## Programmeren van de gaststand

Met de gaststand kunt u het toestel voor eenmalig gebruik programmeren zonder een persoonlijk gegevensnummer te resetten.

Druk op de ▲ toets om het toestel in te schakelen. Voer vervolgens deze stappen uit: Stel de leeftijd in, kies Vrouw of Man en geef de lengte op.

## Alleen wegen

Druk op de "Alleen gewicht" toets.

Ga op de weegschaal staan terwijl het groene indicatorlampje knippert.

Wanneer de meting gedaan is, zal de weegschaal twee keer een piepsignaal geven en zullen de meetgegevens automatisch op het afstandbestuurde display worden getoond. Stap voorzichtig van de weegschaal af wanneer de meting klaar is.

## Waarschuwing

Gebruik de functie voor het bepalen van uw lichaamsvetpercentage van dit product niet als u een pacemaker of een ander geïmplant-eerd elektronisch medisch apparaat heeft.



## Oplossen van problemen

- **Er kan storing optreden als er meerdere weegschalen zich binnen het bereik bevinden. Gebruik daarom binnen het opgegeven bereik slechts één weegschaal.**

- Ga niet op de weegschaal staan voor de weegschaal één keer gepiept heeft en het groene indicatorlampje knippert.
- Stap niet van de weegschaal af voordat u een dubbele piep gehoord heeft of het groene indicatorlampje doorlopend blijft branden (stopt met knippen) ten teken dat de meting voltooid is en dat de verkregen meetgegevens kunnen worden afgelezen op het gebruikte afleesapparaat (bijv. een Garmin horloge, Tanita afstandbestuurd display en/of een computer).
- Als u niet binnen 30 seconden nadat het groene indicatorlampje begint te knippen op de weegschaal gaat staan, zal de stroom automatisch worden uitgeschakeld.

- **Het rode indicatorlampje blijft branden**

Zorg ervoor dat u geen sokken of kousen aan heeft, dat uw voetzolen schoon zijn en dat uw voeten op de juiste manier op de weegschaal geplaatst zijn. (Zie bladzijde 2.)

Ga pas op de weegschaal staan **nadat** deze twee keer gepiept heeft of terwijl het groene indicatorlampje aan het knippen is. Het toestel kan u niet goed wegen als het bewegingen detecteert. Probeer daarom zo stil mogelijk op de weegschaal te staan. Bij een lichaamsvetpercentage van meer dan 75% zal het toestel geen meting kunnen uitvoeren.

Er kan geen meting worden uitgevoerd als het weegvermogen wordt overschreden. Het weegvermogen is 200kg / 440lb / 31st. 6lb.

- **Het rode indicatorlampje knippert**

De batterijen zijn bijna leeg. Wanneer het rode indicatorlampje knippert, moet u de batterijen onmiddellijk vervangen, want zwakke batterijen kunnen de nauwkeurigheid van de metingen beïnvloeden. Vervang alle batterijen tegelijk door nieuwe.

### SPECIFICATIES

#### BC-1000

#### Gewicht Capaciteit

200kg / 440lb / 31st. 6lb

#### Nauwkeurigheid

0,1kg / 0,2lb / 0,2lb

#### Voeding

6 V gelijkstroom (LR6 - AA batterij x 4; meegeleverd)

#### Stroomverbruik

100 mA maximum

#### Temperatuurbereik in gebruik

5°C - 35°C / 41°F - 95°F



#### Opmerking:

De volgende opschriften kunnen op batterijen die verontreinigende stoffen bevatten, aangetroffen worden:

**Pb** Pb = Loodhoudende batterij,

**Cd** Cd = Cadmiumhoudende batterij,

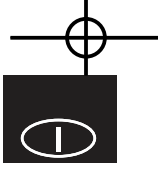
**Hg** Hg = Kwikhoudende batterij.

### Het is verboden om batterijen bij het huisvuil te deponeren!

Als consument bent u wettelijk verplicht om lege of gebruikte batterijen in te leveren. U kunt oude batterijen inleveren bij een openbaar inzamelpunt in uw stad, of in verkooppunten van de batterijen in de daarvoor bestemde inzamelboxen. Wanneer u het toestel wegdoet moeten de batterijen verwijderd worden en eveneens naar de daarvoor bestemde inzamelpunten gebracht worden.



We verklaren hierbij dat deze uitrusting conform is aan de basiseisen en andere relevante bepalingen van Richtlijn 1999/5EC.



## Introduzione

Grazie per aver scelto questa bilancia con funzione di misurazione della composizione corporea, solo uno di una vasta serie di prodotti per la salute creati da Tanita.

Questo manuale d'istruzioni guida l'utilizzatore attraverso le procedure d'impostazione e illustra inoltre le funzionalità più importanti dell'apparecchio.

Si raccomanda pertanto di conservarlo con cura per poterlo consultare in caso di necessità. Nel sito [www.tanita.com](http://www.tanita.com) sono disponibili ulteriori informazioni sulla conduzione di una vita più sana. I prodotti Tanita sono il risultato delle più recenti ricerche e innovazioni tecnologiche cliniche e qualsiasi dato ad essere relative è rigorosamente controllato dal consiglio di consulenti medici della società.



**Nota:** Si raccomanda di leggere con attenzione questo manuale d'istruzioni e di conservarlo con cura per qualsiasi consultazione futura.

### **Precauzioni per la sicurezza**

Poiché questa bilancia invia nel corpo segnali elettrici a bassa tensione, i portatori di dispositivi elettromedicali, ad esempio gli stimolatori cardiaci, non dovrebbero usarla per evitare qualsiasi effetto sul loro funzionamento.

Anche le donne in stato di gravidanza dovrebbero usare soltanto la funzione di pesatura, poiché ogni altra funzione dell'apparecchio non è per loro indicata.

Non collocare la bilancia su una superficie scivolosa, ad esempio un pavimento bagnato.

Tanita non assume alcuna responsabilità per qualsivoglia tipo di danno o perdita funzionale eventualmente causati dall'uso della bilancia, né per ogni altra rivendicazione avanzata da terzi.

### **Note importanti per l'utilizzatore**

Questa bilancia con funzione di misurazione del grasso corporeo è destinata sia alle persone di età tra 5 e 17 anni che conducono uno stile di vita sedentario o moderatamente attivo sia alle persone dal corpo più atletico.

**Per "atleta" Tanita intende le persone che svolgono attività fisica intensa circa 10 ore la settimana nel corso di almeno 6 mesi e la cui frequenza cardiaca non superi circa 60 battiti al minuto.**

**Tra queste figure intende altresì le persone che "hanno sempre curato la forma fisica" ma che attualmente vi dedicano meno di 10 ore la settimana.**

**La funzione di misurazione del grasso corporeo non è indicata per le donne in stato di gravidanza, gli atleti professionisti e i culturisti.**

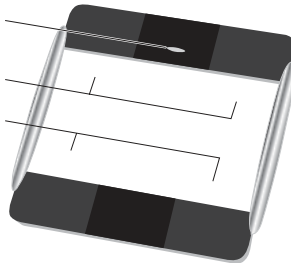
Tanita non assume alcuna responsabilità per qualsivoglia tipo di danno o perdita funzionale eventualmente causati dall'uso della bilancia, né per ogni altra rivendicazione avanzata da terzi.

**Nota:** La stima percentuale di grasso corporeo varia secondo la quantità di acqua contenuta nel corpo ed è influenzata dalla disidratazione o dalla superidratazione causate da fattori quali il consumo di alcol, il ciclo mestruale, le malattie e l'intensità dell'esercizio fisico. Si raccomanda pertanto di eseguire le misurazioni sempre alla fine della giornata, poiché durante il giorno, soprattutto appena alzati, il livello di disidratazione del corpo è minimo.

## Caratteristiche e funzionalità

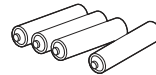
### **Piattaforma di misurazione**

1. Indicatore luminoso (Verde e Rosso)
2. Elettrodi per le punte dei piedi
3. Elettrodi per i talloni



### **Accessori**

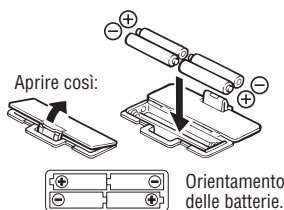
4. Batterie AA (4 pezzi)



5. Piedini per tappeto (4 pezzi)



## Preparazione all'uso



### ⚠ Inserimento delle batterie

Aprire il coperchio dello scomparto portabatterie ubicato sul fondo dell'apparecchio e, osservando la figura qui a fianco, inserire le batterie AA fornite in dotazione.

**Nota:** Le batterie devono essere correttamente orientate. Se se ne invertono le polarità il fluido interno può fuoriuscire danneggiando il pavimento. Qualora s'intenda non usare la bilancia per lungo tempo si suggerisce di rimuoverle.

Le batterie fornite in dotazione alla bilancia potrebbero non essere completamente cariche.



Piedini staccabili per tappeto (solo per tappeti di spessore massimo complessivo di 7 mm)

### ⚠ Collocazione della bilancia

Per garantire la precisione della misura e la sicurezza occorre collocare la bilancia su una superficie dura e piatta e poco soggetta alle vibrazioni.

Per usare la bilancia su una superficie morbida, quale un tappeto o la moquette, si suggerisce di applicarvi gli appositi piedini forniti in dotazione.

**Nota: per evitare incidenti si raccomanda di non salire sui bordi della bilancia.**

## Consigli per l'uso della bilancia

Questa bilancia è uno strumento di precisione che fa uso di tecnologia all'avanguardia.

Per mantenerla nelle migliori condizioni possibili si raccomanda di:

- Non smontarla.
- Posizionarla orizzontalmente e in modo che non sia possibile premerne accidentalmente i tasti.
- Non colpirla con forza né sottoporla a forti vibrazioni.
- Non esporla direttamente alla luce solare, all'alta umidità o a variazioni notevoli di temperatura, né avvicinarla a fonti di calore.
- Non immergerla in acqua. Per pulirne gli elettrodi si può usare dell'alcol, mentre per mantenerne la lucentezza la si può strofinare con un panno inumidito con un prodotto di pulizia per vetri; si raccomanda di non usare sapone.
- Non salirvi con i piedi bagnati.
- Non lasciarvi cadere oggetti.
- Non usarla durante mentre sono in funzione trasmettitori radio (ad esempio i telefoni cellulari) poiché in tal caso le letture potrebbero subire una certa influenza.
- Rimuovere le batterie qualora s'intenda non usarla per lungo tempo.

## Come ottenere misure precise



Talloni centrati sugli elettrodi

Pollici sporgenti dalla bilancia

Per ottenere misure precise è opportuno spogliarsi completamente e procedere sempre in condizione d'idratazione costante. Se non ci si può spogliare è almeno necessario rimuovere le calze e pulire bene la pianta dei piedi. Si devono quindi allineare correttamente i talloni sulla piattaforma di misurazione.

Non ci si deve preoccupare se i piedi sembrano eccessivamente lunghi quando poggiano sulla piattaforma - si possono ottenere misure corrette anche se i pollici sporgono.

È opportuno eseguire la misurazione ogni giorno alla medesima ora. Si consiglia tuttavia di attendere circa tre ore dopo essersi alzati, dopo i pasti o dopo avere seguito esercizi fisici pesanti.

Mentre le misurazioni eseguite in altre condizioni potrebbero non fornire gli stessi valori assoluti, sin tanto che le si esegue con

costanza essi sono comunque sufficientemente accurati da permettere di determinarne le variazioni percentuali. Per mantenere sotto controllo i progressi fatti si possono quindi confrontare il peso e la percentuale di grasso corporeo misurati nelle stesse condizioni fisiche nel corso di un certo periodo.

**Nota:** Non è possibile ottenere misure accurate se le piante dei piedi non sono sufficientemente pulite, mentre si è piegati sulle ginocchia o si è seduti sui talloni.



# Uso dello schermo remoto wireless da tavolo TANITA

## Impostazioni iniziali

Accertarsi che la bilancia si trovi a non più di 5 metri di distanza dal sensore remoto e che contenga batterie sufficientemente cariche.

Inserire le batterie nello schermo remoto.

Premere uno qualsiasi dei tasti del pannello anteriore per avviare il processo di comunicazione con la bilancia.

Mentre lo schermo tenta di stabilire la comunicazione a distanza con la bilancia l'icona di connessione senza filo (#) lampeggia. Una volta stabilita la connessione con esito positivo (l'icona scompare) procedere al passo 1 "Regolare le ore".

**Nota:** Se la comunicazione non si stabilisce sullo schermo appare "ErrC"; in tal caso occorre premere nuovamente qualsiasi tasti del pannello anteriore per riavviare il processo.

### 1. Regolare le ore

Con i tasti ▲/▼ regolare le ore e premere quindi SET.

L'apparecchio emette un segnale acustico di conferma.

### 2. Regolare i minuti

Con i tasti ▲/▼ regolare i minuti e premere quindi SET.

L'apparecchio emette due segnali acustici di conferma.

### • Reset dell'ora

Premere il tasto dell'orologio ubicato sul fondo dello schermo remoto.

Ripetere quindi i passi 1 e 2 della procedura di regolazione.

## Impostazione e salvataggio in memoria del numero personale

Le misure sono ricevibili soltanto dopo che lo schermo remoto è stato programmato.

### 1. Impostare il numero personale

Premere SET per attivare lo schermo remoto. Con i tasti ▲/▼ impostare il numero personale. Premere quindi SET.

### 2. Impostare l'età

Con i tasti ▲/▼ selezionare l'età. Premere quindi SET.

### 3. Impostare il sesso

Con i tasti ▲/▼ selezionare sesso femminile (♀), sesso maschile (♂), atleta femminile (♀/🏃) o atleta maschile (♂/🏃).

Premere quindi SET.

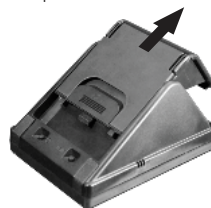
### 4. Specificare l'altezza

Con i tasti ▲/▼ selezionare l'altezza. Premere quindi SET.

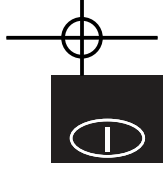
## Selezione del modo di pesatura

Agendo sull'apposito selettore ubicato in fondo allo schermo remoto si può selezionare il modo di pesatura preferito.

Coperchio del vano delle batterie



Tasto di retroilluminazione  
Posizione eretta



## Misurazione della composizione corporea

1. Prima di procedere ci si deve accertare che lo schermo remoto si trovi a non più di 5 metri di distanza dalla bilancia.
2. Premere il tasto ▼ (utilizzatore) per accendere lo schermo remoto e quindi con i tasti ▲/▼ selezionare il numero personale (**senza ancora salire sulla bilancia.**)
3. Con il tasto SET confermare il numero personale.
4. Non appena lo schermo remoto e la bilancia raggiungono lo stato di accoppiamento quest'ultima emette un segnale acustico e l'indicatore luminoso verde inizia a lampeggiare.
5. **Mentre l'indicatore luminoso verde sta lampeggiando si può salire sulla bilancia.**
6. Al termine della misurazione la bilancia emette due segnali acustici e sullo schermo remoto ne appaiono i valori.
7. Scendere lentamente dalla bilancia.
8. In qualsiasi momento durante e dopo il "processo di visualizzazione automatica" l'utilizzatore può usare i tasti ▲/▼ per scorrere lungo i risultati della misurazione. Per fare scorrere più velocemente occorre premerli a lungo. Dopo avere individuato i dati d'interesse e rilasciato il tasto per leggerli, trascorsi 30 secondi lo schermo remoto si spegne automaticamente.

**Nota:** Per gli utilizzatori d'età compresa tra 5 e 17 anni lo schermo mostra il peso e la percentuali di grasso corporeo ma non l'indicatore dello stato di forma.

## Funzione di richiamo dei dati

Questa funzione permette di richiamare i seguenti dati salvati in memoria:

- Peso
- Percentuale di grasso corporeo
- Percentuale totale di acqua nel corpo
- Massa muscolare
- Punteggio fisico
- Metabolismo basale / Età metabolica
- Massa ossea
- Livello del grasso viscerale

Per ottenere le letture precedenti occorre premere il tasto SET mentre sono visualizzate quelle attuali.

Lo schermo mostrerà quindi i dati registrati in precedenza, mentre per ottenere altre letture precedenti occorre premere il tasto in corrispondenza di esse.

Premere nuovamente SET per ritornare alla visualizzazione dei dati attuali.

**Nota:** Per gli utilizzatori d'età compresa tra 5 e 17 anni lo schermo mostra soltanto il peso e la percentuale di grasso corporeo precedenti.

## Modo provvisorio

Questa funzione permette di programmare lo schermo per un singolo uso senza necessità di resettare il numero personale.

Premere SET per attivare lo schermo e impostare quindi l'età, il sesso e l'altezza.

## Modo di sola pesatura

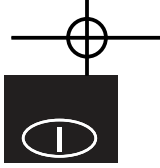
Premere il tasto di sola pesatura.

Mentre l'indicatore luminoso verde sta lampeggiando si può salire sulla bilancia.

Al termine della misurazione la bilancia emette due segnali acustici e sullo schermo remoto ne appaiono i valori della. Scendere lentamente dalla bilancia.

## Attenzione

L'uso della funzione di misurazione del grasso corporeo non dovrebbe essere permesso ai portatori di stimolatore cardiaco o di altri dispositivi elettromedicali impiantati.



## Avvertenze e risoluzione dei problemi

- **Poiché la concomitanza di più bilance può dar luogo a interferenze, in una data area si raccomanda di usarne solo una.**
- Non salire sulla bilancia prima che abbia emesso un segnale acustico e che l'indicatore luminoso verde abbia iniziato a lampeggiare.
- Non scendere dalla bilancia prima di avere udito i due segnali acustici o che l'indicatore verde si sia acceso di luce fissa, prima che la misurazione sia terminata e che le letture appaiano sull'apparecchio connesso (schermo remoto Tanita, orologio Garmin o computer).
- Se non si sale sulla bilancia entro 30 secondi dall'inizio del lampeggiamento dell'indicatore verde essa si spegne automaticamente.
- **Quando l'indicatore luminoso rosso si accende di luce fissa**  
Può significare che la misurazione è avvenuta indossando le calze, che i piedi non sono sufficientemente puliti o che non sono correttamente allineati (vedere a pag. 2).  
Si deve salire sulla bilancia solo **dopo** che abbia emesso due segnali acustici o che l'indicatore luminoso verde abbia iniziato a lampeggiare.  
Poiché in caso di rilevamento di movimenti essa non riesce ad eseguire correttamente la misurazione è necessario mantenersi quanto più possibile immobili.  
Se la percentuale di grasso corporeo è superiore al 75% la bilancia non la misura.  
La bilancia non misura nemmeno il peso qualora superi il valore massimo misurabile di 200kg / 440lb / 31st. 6lb.
- **Quando l'indicatore luminoso rosso lampeggia**  
Significa che le batterie si stanno scaricando. Occorre quindi sostituirle immediatamente poiché in tale condizione le letture non sarebbero affidabili. Tutte e quattro le batterie devono essere sostituite insieme.

### Dati tecnici BC-1000

#### Capacità di peso

200kg / 440lb / 31st. 6lb

#### Incrementos di peso

0,1kg / 0,2lb / 0,2lb

#### Alimentazione

6 VCC (con 4 batterie LR6 di formato AA)

#### Consumo

Massimo 100 mA

#### Temperatura d'uso

Tra 5 e 35°C



#### Avviso:

Questi marchi sono riportati all'esterno delle confezioni di batterie contenenti sostanze tossiche:

**Pb** Pb = batteria a base di piombo,

**Cd** Cd = batteria a base di cadmio,

**Hg** Hg = batteria a base di mercurio.

### **Non è consentito lo smaltimento comune di batterie e rifiuti solidi urbani!**

Il consumatore è legalmente vincolato a restituire batterie usate o scariche, depositandole presso gli opportuni centri di raccolta cittadini oppure presso i relativi punti vendita, utilizzando gli appositi contenitori esposti. Prima di smaltire l'apparecchiatura, rimuovere le batterie e depositarle presso gli stessi centri di raccolta succitati.



Si dichiara che la presente apparecchiatura è conforme con gli obblighi essenziali e le altre disposizioni pertinenti ai sensi della Direttiva 1999/5/CE.



## Introducción

Gracias por elegir el monitor corporal Tanita.

Este monitor es uno de entre una amplia gama de productos domésticos para el cuidado de la salud producidos por Tanita. El presente manual de instrucciones le guiará a través de los procedimientos de configuración inicial y le explicará las funciones de las teclas.

Consérvelo a mano para consultas futuras. En nuestro sitio web [www.tanita.com](http://www.tanita.com) podrá encontrar información adicional sobre cómo llevar una vida sana.

Los productos Tanita incorporan los resultados de las últimas investigaciones clínicas e innovaciones tecnológicas.

Toda la información es controlada por el Consejo Médico Consultivo de Tanita para garantizar su precisión.



**Nota :** Lea detenidamente este manual de instrucciones y téngalo a mano para futura referencia.

### Precauciones de seguridad

Las personas con un implante médico electrónico tal como un marcapasos, no deberían usar un Monitor de Composición Corporal, ya que una señal eléctrica de bajo nivel, pasa a través del cuerpo y esta puede interferir con su operación.

Las mujeres embarazadas solamente deberán utilizar la función de peso. Ninguna de las demás funciones está pensada para mujeres embarazadas.

No coloque este monitor sobre superficies resbaladizas, como por ejemplo un suelo mojado.

Tanita no acepta ninguna responsabilidad por ningún tipo de daño material o pérdida causados por este monitor, ni por ningún tipo de reclamación presentada por terceros.

### Notas importantes para los usuarios

Este analizador de grasa corporal está diseñado para el uso por parte de adultos y niños (5–17 años de edad) con un estilo de vida de inactivo a moderadamente activo y adultos con cuerpos atléticos.

**Tanita define a un “atleta” como una persona que realiza actividad física intensa de aproximadamente 10 horas por semana, por un mínimo de seis meses y tiene una frecuencia cardiaca en reposo de aproximadamente 60 latidos por minuto o menos.**

**La definición de Tanita de un atleta incluye individuos “en forma de por vida”, que se han mantenido en forma durante años pero que actualmente hacen ejercicio menos de 10 horas a la semana.**

**La función de monitor de grasa corporal no está diseñada para embarazadas, atletas profesionales o culturistas.**

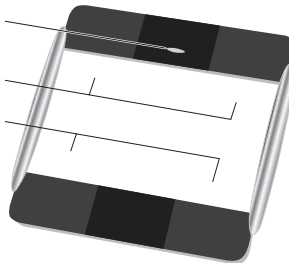
Tanita no se responsabiliza de ningún tipo de daño o pérdida ocasionados por estas unidades, o de ningún tipo de reclamación efectuada por terceras personas.

**Nota :** Los cálculos del porcentaje de grasa corporal variarán según la cantidad de agua en el cuerpo, y pueden ser afectados por la deshidratación o la hiperhidratación, causadas por factores como el consumo de alcohol, la menstruación, una enfermedad, el ejercicio intenso, etc. Se recomienda de ser posible que todas las lecturas se tomen al final del día, ya que al levantarse en la mañana, los niveles de hidratación son los más bajos.

## Prestaciones y funciones

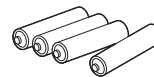
### Báscula

1. Luz Indicadora (Verde y Roja)
2. Electrodo para la planta del pie
3. Electrodo para el talón



### Accesorios

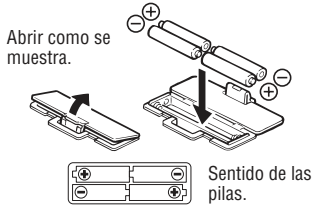
4. Pilas tamaño AA (4)



5. Pies de alfombra (4)



## Preparaciones antes del uso



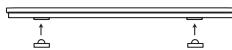
Abrir como se muestra.

### ⚠ Instalación de las pilas

Abrir la tapa de las pilas situada en la parte posterior de la báscula. Insertar como se indica las baterías AA suministradas.

**Nota :** Asegúrese de situar correctamente la polaridad de las pilas. Si coloca las pilas de manera incorrecta, el líquido puede derramarse y dañar el suelo. Si no tiene intención de utilizar esta unidad durante un período de tiempo prolongado, se recomienda sacar las pilas antes de guardarla.

Tenga en cuenta que es posible que las pilas suministradas de fábrica se hayan gastado con el paso del tiempo.



Pies de alfombra intercambiable (solamente para pelusa hasta 0,28" (7 mm))

### ⚠ Colocación del monitor

Coloque la báscula en una superficie dura y lisa con una vibración mínima para asegurar una medición segura y precisa.

Use los pies de la alfombra cuando se usa la báscula en la superficie suave como las alfombras o alfombrado de pelusa.

**Nota :** Para evitar posibles lesiones, no pise el borde de la plataforma

## Recomendaciones de manejo

Este monitor es un instrumento de precisión que utiliza tecnología de vanguardia.

Para mantener la unidad en condición óptima, siga estas instrucciones cuidadosamente:

- No intente desmontar la báscula.
- Guarde el aparato horizontalmente y colóquelo de manera que las teclas no resulten presionadas accidentalmente.
- Evite que la unidad reciba golpes o vibraciones excesivas.
- Sitúe la unidad fuera del alcance de la luz directa del sol, calefacciones y radiadores, humedad elevada o cambios extremos de temperatura.
- No lo sumerja nunca en agua. Utilice alcohol para limpiar los electrodos y limpiacristales (aplicado mediante un trapo) para mantenerlos brillantes; evite utilizar jabones.
- Evite la humedad al subirse a la plataforma.
- Evite que caiga cualquier objeto sobre el aparato.
- No use esta báscula usando los aparatos de transmisión (como un teléfono celular), puedan afectar en el resultado de la medición.
- Se recomienda quitarle las baterías, si no va a usarse por un largo período de tiempo.

## Cómo obtener lecturas exactas



Talones centrados en los electrodos

Talones centrados en los electrodos

Para asegurar la precisión, las lecturas se deberían tomar desnudo y bajo condiciones constantes de hidratación. Si no se desviste, quítese siempre los calcetines o medias y asegúrese que los pies estén limpios antes de subirse a la báscula. Asegúrese que sus talones estén alineados correctamente con la plataforma de medición. No se preocupe si sus pies son demasiado grandes para la báscula: se pueden conseguir lecturas exactas incluso si sus dedos sobresalen de la báscula.

Es mejor tomar las lecturas a la misma hora del día. Intente esperar unas tres horas después de levantarse, de comer o de hacer ejercicio antes de tomar las medidas.

Aunque las lecturas realizadas bajo otras circunstancias pueden no tener los mismos valores absolutos, tienen la precisión necesaria

para determinar el porcentaje de cambio, siempre que las lecturas se tomen de manera consistente.

Para controlar el progreso, compare el peso y porcentaje de grasa corporal tomado en las mismas condiciones durante un período de tiempo.

**Nota :** No será posible realizar una lectura precisa si las plantas de los pies no están limpias, si dobla las rodillas o si está sentado.



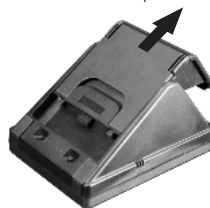
# Uso de la pantalla de escritorio remota inalámbrica de TANITA

## Ajuste inicial

Asegúrese de que la báscula se encuentra dentro de 17 pies (5 metros) con las pilas insertadas. Inserte las pilas en la pantalla remota. Pulse cualquier botón del panel frontal para iniciar el proceso de comunicación. El icono inalámbrico (📶) de la pantalla parpadeará mientras la pantalla remota se comunica con la báscula. Una vez finalizada correctamente la comunicación (el icono inalámbrico desaparece), continúe con el paso 1 "Configuración de la hora".

**Nota:** Si la comunicación falla, la pantalla mostrará "ErrC", pulse cualquier botón del panel frontal para reiniciar el proceso de comunicación.

Tapa de las pilas



## 1. Configuración de la hora

Pulse ▲/▼ para configurar la hora y después pulse SET.  
La unidad emitirá uno pitido para confirmar.

## 2. Configuración de los minutos

Pulse ▲/▼ para configurar los minutos y después pulse SET.  
La unidad sonará dos veces para confirmar la programación.

### • Restablecer la hora

Pulse el botón de reloj situado en la parte inferior de la pantalla remota.  
A continuación, siga los pasos 1 y 2.



Botón de luz de fondo  
Posición vertical

## Introducción y almacenamiento de datos personales en la memoria

Podrá realizar mediciones sólo si su información ha sido introducida en la pantalla de escritorio remota de Tanita.

### 1. Selección del número de información personal

Utilice el botón SET para activar la unidad. Utilice los botones ▲/▼ para seleccionar un número personal. Pulse SET.

### 2. Configuración de la edad

Utilice los botones ▲/▼ para seleccionar la edad. Pulse SET.

### 3. Selección de sexo

Utilice los botones de Arriba/Abajo para seleccionar Mujer (♀) u Hombre (♂) y el modo de Adulto normal o Female/Athlete (♀/♂) o Male/Athlete (♂/♂), después pulse el botón de Configurar.

### 4. Especificación de la altura

Utilice los botones ▲/▼ para seleccionar la altura. Pulse SET.

## Cambio de modo de peso

Seleccione su modo de peso favorito utilizando el botón de cambio de modo de peso situado en la parte inferior de la pantalla remota.

## Cómo realizar las mediciones de composición corporal

1. Antes de proceder, asegúrese que la báscula se encuentra dentro de 17 pies (5 metros) de la pantalla remota.
2. Pulse el botón ▼ (Usuario) para encender la unidad y después pulse los botones ▲/▼ para seleccionar el número de información personal.  
(No se suba a la báscula.)
3. Pulse el botón SET para confirmar su número personal.
4. Cuando están conectadas la pantalla remota y la báscula, la última emitirá uno pitido, y el indicador de luz verde parpadeará.
5. **Súbbase a la báscula mientras el indicador de luz verde está parpadeando.**
6. Después de que se haya completado la medición, la báscula emitirá dos pitidos y las lecturas se mostrarán automáticamente en la pantalla remota.
7. Una vez que la medición se haya completado, bájese con cuidado de la báscula.
8. En cualquier momento durante o tras el "proceso de visualización automática", el usuario puede utilizar los botones ▲/▼ para desplazar a los distintos resultados. Para un desplazamiento avanzado, mantenga presionado el botón ▲/▼. Tras leer las lecturas deseadas, suelte el botón para ver el resultado. Las lecturas aparecerán durante 30 segundos antes de que la unidad se apague automáticamente.

**Nota:** Para niños (edad 5-17), la unidad solamente mostrará el peso y el porcentaje de grasa corporal (no mostrará el indicador de rango de salud).

## Función de recuperación

Las lecturas anteriores de las siguientes opciones pueden obtenerse utilizando la función de recuperación.

- Peso
- Porcentaje de grasa corporal
- Porcentaje de agua corporal total
- Masa muscular
- Compleción física
- BMR/Edad metabólica
- Masa ósea
- Adiposidad visceral

Para obtener las lecturas anteriores, pulse el botón SET mientras se muestran las lecturas actuales. La pantalla mostrará las lecturas anteriores. Para ver otras lecturas anteriores, pulse de nuevo en cada lectura que desee. Vuelva a pulsar SET para regresar a la pantalla de resultados actual.

**Nota:** Para niños (edad 5-17), la unidad solamente mostrará el peso y el porcentaje de grasa corporal anteriores.

## Programación del modo invitado

El modo invitado le permite programar la unidad para usar una sola vez sin tener que restablecer el número de información personal.

Pulse el botón ▲ para activar la unidad. A continuación, siga estos pasos: Especifique la edad, el sexo y la altura.

## Utilizar solamente la función de peso

Pulse la tecla Weight-only (solo peso).

Súbbase a la báscula mientras el indicador de luz verde está parpadeando.

Después de que se haya completado la medición, la báscula emitirá dos pitidos y las lecturas se mostrarán automáticamente en la pantalla remota. Una vez que la medición se haya completado, bájese con cuidado de la báscula.

### Aviso

No haga uso de la prestación de lectura de grasa corporal disponible en este producto en el caso de que le haya sido implantado un marcapasos u otro dispositivo médico electrónico.



## Resolución de fallos

- **Se puede producir interferencia si hay múltiples plataformas presentes. Por favor utilice sólo una plataforma en cada área.**
- No se suba a la plataforma antes de que emita un sonido y el indicador de luz verde este intermitente.
- No se baje hasta escuchar un doble sonido o que la luz verde permanezca fija (deje de estar intermitente), la medición se toma y las lecturas se muestran en el dispositivo correspondiente (ej. Reloj Garmin, Pantalla Remota Tanita, y/o PC).
- Si no se sube a la plataforma dentro de 30 segundos después que el indicador de luz verde empiece a estar intermitente, se apagará automáticamente.
- **Luz Indicadora Roja Constante**

Asegúrese de quitarse las medias y que las plantas de sus pies estén limpias y debidamente alineadas sobre la plataforma de medición. (ver pág. 14)

Asegúrese de subirse a la plataforma solamente **después** de que ha sonado dos veces o que el Indicador de Luz Verde esté intermitente.

La unidad no puede medir con precisión su peso si detecta movimiento. Súbase a la plataforma y permanezca lo más quieto posible.

Si porcentaje de grasa corporal es mayor al 75%, no se podrán obtener lecturas en la unidad.

Si se supera la capacidad de peso, no se podrán obtener lecturas. La capacidad de peso es de 200kg / 440lb / 31st. 6lb.
- **Luz Indicadora Roja Intermitente**

Las baterías están bajas. Cuando la luz indicadora roja esté intermitente, reemplace inmediatamente las baterías, ya que las baterías débiles afectarán la precisión de sus mediciones. Cambie todas las baterías al mismo tiempo por baterías AA nuevas.

### Especificaciones BC-1000

**Capacidad de peso**  
200kg / 440lb / 31st. 6lb

**Incrementos de peso**  
0,1kg / 0,2lb / 0,2lb

**Alimentación**  
CC 6V (Se incluyen 4 pilas LR6-AA)

**Consumo de energía**  
Máximo de 100 mA

**Intervalo de temperaturas de uso**  
41°F - 95°F / 5°C - 35°C



Nota:  
Estas marcas pueden encontrarse en las pilas que contienen contaminantes:

**Pb** Pb = La pila contiene plomo,  
**Cd** Cd = La pila contiene cadmio,  
**Hg** Hg = La pila contiene mercurio.

### ¡Está prohibido mezclar las pilas con los desechos de consumo!

Como consumidor, usted está legalmente obligado a devolver las pilas usadas o descargadas. Usted puede depositar sus pilas viejas en los puntos públicos de recolección de su ciudad, o donde se venden las pilas correspondientes y donde se han establecido cajas de recolección específicamente marcadas. En caso de desechar el equipo, las pilas deberán retirarse de éste y depositarse también en los puntos de recolección.



Declaramos que este equipo cumple con los requisitos esenciales y con otras disposiciones importantes de la Directiva 1999/5/CE.



## Введение

Благодарим Вас за выбор монитора Tanita для измерения состава тела. Данный монитор входит в широкий ассортимент приборов Tanita для ухода за здоровьем в домашних условиях.

В данной инструкции по эксплуатации приведены указания по процедурам настройки и описание функций кнопок.

Храните инструкцию под рукой на случай, если она понадобится. Дополнительную информацию о здоровом образе жизни можно получить на сайте [www.tanita.com](http://www.tanita.com).

В изделиях Tanita воплощены результаты новейших клинических исследований и самые современные технологические инновации.

Все данные проверяются на точность Медицинским консультативным советом Tanita.

**Примечание:** Внимательно ознакомьтесь с данной инструкцией и храните ее под рукой на случай, если она понадобится.

### ⚠ Меры предосторожности

Людам с имплантированными электронными медицинскими приборами, например, электрокардиостимулятором, не следует пользоваться монитором для измерения состава тела, поскольку он проводит через тело слабый электрический сигнал, который может нарушить работу имплантированного прибора. Для беременных женщин разрешается только функция взвешивания. Все другие функции противопоказаны беременным женщинам.

Нельзя помещать данный монитор на скользкие поверхности, например на мокрый пол.

Tanita не несет ответственность за любые виды повреждений или убытков, вызванных монитором, и не принимает никаких претензий от третьих лиц.

### Важные замечания для пользователей

Данный монитор контроля жира в теле предназначен для взрослых и детей (от 5 до 17 лет) с образом жизни от неактивного до среднеактивного, и взрослых атлетического телосложения.

**По определению Tanita, "атлетом" считается человек, находящийся под воздействием интенсивной физической нагрузки примерно 10 часов в неделю, как минимум в течение 6 месяцев, и имеющий частоту пульса в состоянии покоя, не превышающую 60 ударов в минуту.**

**В определении, принятом Tanita, к атлетам также относятся "ветераны фитнеса" - те, кто занимались фитнесом в течение нескольких лет, но в настоящее время находятся в состоянии высокой физической активности менее 10 часов в неделю.**

**Функция контроля содержания жира в теле не предназначена для беременных женщин, профессиональных атлетов или культуристов.**

Tanita не несет ответственность за любые виды повреждений или убытков, вызванных данными изделиями, и не принимает никаких претензий от третьих лиц.

**Примечание:** Различные значения процентного содержания жира в теле изменяются в зависимости от содержания воды в теле и могут зависеть от обезвоживания или повышенной гидратации, вызываемых такими факторами, как употребление алкоголя, менструация, обезвоживание, интенсивные физические нагрузки и др. Рекомендуем проводить все измерения в конце дня, так как утром после пробуждения уровень гидратации минимален.

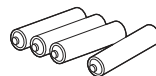
## Характеристики и функции

### Измерительная платформа



### Аксессуары

4. Батареи типа AA (4)

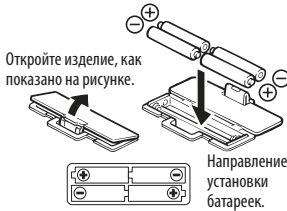


5. Защитные ножки (4)





## Подготовка к использованию



Откройте изделие, как показано на рисунке.

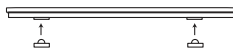
Направление установки батареек.

### ⚠ Вставка батареек

Откройте крышку батарейного отсека с обратной стороны измерительной платформы. Вставьте прилагаемую батарейку размера AA, как показано на рисунке.

**Примечание:** Убедитесь, что батарейки вставлены с соблюдением правильной полярности. Неправильная установка батареек может привести к вытеканию жидкости и повреждению пола. Если длительный прибор не планируется использовать в течение длительного периода времени, целесообразно перед консервацией прибор вынуть из него батарейки.

Пожалуйста, имейте в виду, что батарейки, входящие в комплект, могут разряжаться с течением времени.



Отсоединяемые защитные ножки (только для ковров с ворсом толщиной до 0,28" (7 мм))

### ⚠ Установка монитора

Измерительную платформу следует устанавливать на твердую поверхность с минимально возможной вибрацией, в этом случае обеспечатся надежные и точные измерения.

Используйте защитные ножки, если устанавливаете весы на мягкую поверхность, такую как ковер или ковровое покрытие.

**Примечание: Во избежание возможной травмы, не становитесь на край платформы.**

## Рекомендации по обращению с прибором

Данный монитор является прецизионным прибором, в котором используются новейшие технологии. Для поддержания прибора в наилучшем состоянии строго соблюдайте приведенные ниже инструкции:

- Не пытайтесь разбирать измерительную платформу.
- Храните прибор в горизонтальном положении и расположите его таким образом, чтобы исключить случайное нажатие кнопок.
- Оберегайте прибор от избыточных ударных и вибрационных нагрузок.
- Устанавливайте прибор в местах, защищенных от воздействия прямых солнечных лучей, вдали от нагревательных приборов, где нет высокой влажности и экстремальных колебаний температуры.
- Ни в коем случае не погружайте прибор в воду. Для очистки электродов используйте спирт. Для придания им блеска – очиститель для стекол (предварительно нанесенный на ткань); исключите использование мыла.
- Не ставьте на платформу мокрыми ступнями.
- Оберегайте платформу от падения на нее предметов.
- Не используйте платформу одновременно с использованием приемопередатчиков (таких как мобильный телефон), так как это может повлиять на результаты измерений.
- Если прибор не будет использоваться в течение длительного периода времени, рекомендуем вынуть батарейки.

## Получение точных показаний



Пятки ровно расположены на электродах

Возможно выступание пальцев за кромку прибора

Чтобы получить точные показания, следует проводить взвешивание без одежды и в состоянии, исключающем атмосферную гидратацию. Если проводить взвешивание в одежде, следует обязательно снять носки или чулки, перед вставлением измерительную платформу убедиться, что подошвы ступней чисты. Проследите, чтобы пятки были правильно выровнены относительно электродов измерительной платформы.

Не обращайте внимания, если ступня окажется слишком большой для прибора – точные показания могут быть получены даже в том случае, если пальцы выступают наружу за кромку платформы.

Рекомендуется снимать показания в одно и то же время суток. После пробуждения, прием пищи или выполнения физических упражнений целесообразно отложить измерения, примерно, на три часа.

Несмотря на то, что показания, полученные в разных условиях, могут различаться по абсолютным значениям, они являются точными для определения изменения процентного содержания жира при условии, что измерения производятся каждый раз в одних и тех же условиях (состояние организма, время суток). Для контроля происходящих изменений следует сравнивать значение веса процентного содержания жира в теле, полученные в одних и тех же условиях в течение определенного периода времени.

**Примечание:** Точное измерение будет невозможным, если ступни ваших ног не чисты, колени согнуты или вы находитесь в положении сидя.

## Использование беспроводного настольного дисплея TANITA

### Первоначальная установка

Убедитесь, что весы находятся в пределах 17 футов (5 м), антенны вставлены.

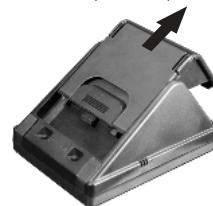
Вставьте антенны в удлиненный дисплей.

Нажмите любую кнопку на передней панели для запуска процесса обмена информацией.

Знак беспроводной связи (#) на дисплее будет мигать во время обмена данными между удлиненным дисплеем и платформой. После успешного обмена информацией (знак беспроводной связи исчезнет), переходите к пункту 1 "Установка часов".

**Примечание:** В случае сбоя обмена информацией, когда на дисплее появится индикация "ErrC", нажмите любую кнопку на передней панели для перезапуска процесса обмена информацией.

Крышка отсека



### 1. Установка часов

Нажмите кнопки ▲/▼ для установки часов, затем нажмите кнопку SET.

Прибор выдает один звуковой сигнал для подтверждения установки.

### 2. Установка минут

Нажмите кнопки ▲/▼ для установки минут, затем нажмите кнопку SET.

Прибор выдает два звуковых сигнала для подтверждения установки.

### • Сброс времени

Нажмите кнопку часов с нижней стороны удлиненного дисплея.

Далее выполните операции 1 и 2.



Кнопка подсветки

Вертикальное положение

## Задание и запись в память персональных данных

Показания могут быть получены при условии, что данные запрограммированы в удлиненном настольном дисплее Tanita.

### 1. Выбор номера персональных данных

Нажмите кнопку SET, чтобы включить прибор. Используйте кнопки ▲/▼ для выбора номера персональных данных. Нажмите кнопку SET.

### 2. Установка возраста

Используйте кнопки ▲/▼ для выбора возраста, затем нажмите кнопку SET.

### 3. Выбор женского или мужского пола

Используйте кнопки ▲/▼ для выбора женского (♀) / мужского (♂) / атлетического женского (♀/⚡) / атлетического мужского (♂/⚡) пола. Нажмите кнопку SET.

### 4. Установка роста

Используйте кнопки ▲/▼ для выбора роста, затем нажмите кнопку SET.

## Переключение режима взвешивания

Выберите желаемый режим с помощью переключателя режима взвешивания, расположенного на нижней стороне удлиненного дисплея.



## Получение значений измерения показателей состава тела

1. Перед тем как продолжить, убедитесь, что платформа находится в радиусе 17 футов (5 м) от удаленного дисплея.
2. Нажмите кнопку ▼ (Пользователь) для включения устройства, а затем нажимайте кнопки ▲/▼ для выбора номера персональных данных.  
**(Не вставайте на платформу.)**
3. Нажмите кнопку SET для подтверждения номера персональных данных.
4. После установки беспроводной связи удаленного дисплея и платформы платформа выдаст один звуковой сигнал, а зеленый световой индикатор замигает.
5. **Встаньте на платформу, когда замигает зеленый световой индикатор.**
6. По завершении измерения платформа выдаст двойной звуковой сигнал, а показания будут автоматически отражены на удаленном дисплее.
7. После выполнения измерения аккуратно сойдите с платформы.
8. Во время и после “Процесса автоматической индикации”, пользователь может использовать кнопки ▲/▼ для прокручивания различных результатов. Для расширенной прокрутки пользователь может нажать и удерживать нажатой кнопку ▲/▼.  
По завершении чтения нужных показателей отпустите кнопку для просмотра результатов, а показатели будут отображаться в течение 30 секунд, затем устройство автоматически отключится.

**Примечание:** Для детей (от 5 до 17 лет) прибор отображает только полученные значения веса и процентного содержания жира (индикатор здорового диапазона не отображается).

## Функция повторного вызова (Recall)

Функция повторного вызова позволяет вызвать ранее полученные показатели по указанным ниже пунктам.

- Вес
- Процентное содержание жира в теле
- Процентное общее содержание воды в теле
- Мышечная масса
- Физическая конституция
- Обмен веществ/метаболический возраст
- Костная масса
- Уровень внутреннего жира

Для получения ранее полученных значений, нажмите кнопку SET во время отображения текущих показателей.

На дисплее появятся предыдущие показатели. Для просмотра других ранее полученных показателей, нажмите те кнопки по каждому требуемому пункту показателей.

Повторно нажмите кнопку SET для возврата отображению текущих результатов.

**Примечание:** Для детей (от 5 до 17 лет) прибор отображает только ранее полученные значения веса и процентного содержания жира в теле.

## Программирование гостевого режима

Гостевой режим позволяет запрограммировать прибор на одноразовое использование без сброса номера персональных данных.

Нажмите кнопку ▲, чтобы включить прибор. Далее выполните следующие пункты: Укажите возраст, выберите мужской или женский пол и укажите рост.

## Использование только для измерения веса

Нажмите кнопку “Только вес”.

Встаньте на платформу, когда замигает зеленый световой индикатор.

По завершении измерения платформа выдаст двойной звуковой сигнал, а показания будут автоматически отражены на удаленном дисплее. После выполнения измерения аккуратно сойдите с платформы.

## ⚠ Внимание

Не используйте функцию измерения процентного содержания жира в теле, если Вы пользуетесь кардиостимулятором или другим имплантированным электронным медицинским устройством.

## Поиск неисправностей

- **При одновременном использовании нескольких платформ могут возникнуть помехи. Пожалуйста, используйте только одну платформу в одном помещении.**

- Не вставайте на платформу, пока не услышите единственный звуковой сигнал и не увидите мигание зеленого индикатора.
- Не вставайте с платформы, пока не услышите двойной звуковой сигнал и не увидите, что зеленый световой индикатор остается неизменным (перестает мигать), это означает, что измерение выполнено, показания отображаются на соответствующем устройстве (например, на часах Garmin, удлинненном дисплее Tanita и/или ПК).
- Если Вы не встаете на платформу в течение 30 секунд после того, как зеленый световой индикатор перестает мигать, питание автоматически отключится.

- **Постоянно горит красный индикатор**

Следует обязательно снять носки или чулки, перед использованием измерительную платформу убедиться, что подошвы ступней чисты и правильно выровнены на платформе. (см. стр.2)

Убедитесь, что встали на платформу только **после** того, как дважды прозвучит звуковой сигнал или замигает зеленый световой индикатор.

Устройство не может точно измерить Ваш вес, если Вы двигаетесь. Пожалуйста, стоя на платформе, сведите движения к минимуму.

Процентное содержание жира превышает 75%, и прибор не способен выдать результат.

Результат не может быть получен ввиду превышения верхнего предела веса. Предельно допустимый вес равен 200 кг.

- **Мигает красный световой индикатор**

Разряжены батарейки. Когда красный световой индикатор мигает, немедленно замените батарейки, поскольку разряженные батарейки снижают точность получаемых результатов измерений. Замену всех имеющихся батареек и новые производите одновременно.

### Технические характеристики

**BC-1000**

#### Предельно допустимый вес

200 кг

#### Шаги приращения веса

0,1 кг

#### Источник питания

Постоянное напряжение 6В (LR6 - 4 батарейки размер AA включены в поставку)

#### Потребляемая мощность

Максимум 100 мА

#### Диапазон рабочих температур

От 5°C до -35°C



Значение:

Эти следы можно найти на загрязненной поверхности батарейки

**Pb** Pb = батарейка содержит свинец

**Cd** Cd = батарейка содержит кадмий

**Hg** Hg = батарейка содержит ртуть

### ⚠ Нельзя смешивать батарейки с другими бытовыми отходами.

Как потребитель, Вы обязаны следовать правилам выбрасывания в отходы отработанных и разряженных батареек. Можно выбрасывать старые батарейки в коммунальные мусоросборники в своем городе или сдать их на пункты продажи соответствующих батареек при условии, что в этих местах имеются специальные маркированные контейнеры для батареек. Если в отходы выбрасывается весь прибор, необходимо извлечь из него батарейки и выбрасывать их в местах для отходов, указанных выше.



Настоящим мы заявляем, что данное оборудование соответствует имеющим силу требованиям и другим применимым положениям Директивы 1999/5/ЕС.